

གངས་ཅན་བྱང་ལོ་དཔེ་ཆོག་མཐོང་ཕྱིར་བརྒྱ་དང་ཉེར་ཐུབ།

༡༡། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆུང་དུ་འེ་བེན་  
བྲིས་སྒྲོ་གསལ་བྱ་མཆོའི་འཇུག་ངོགས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

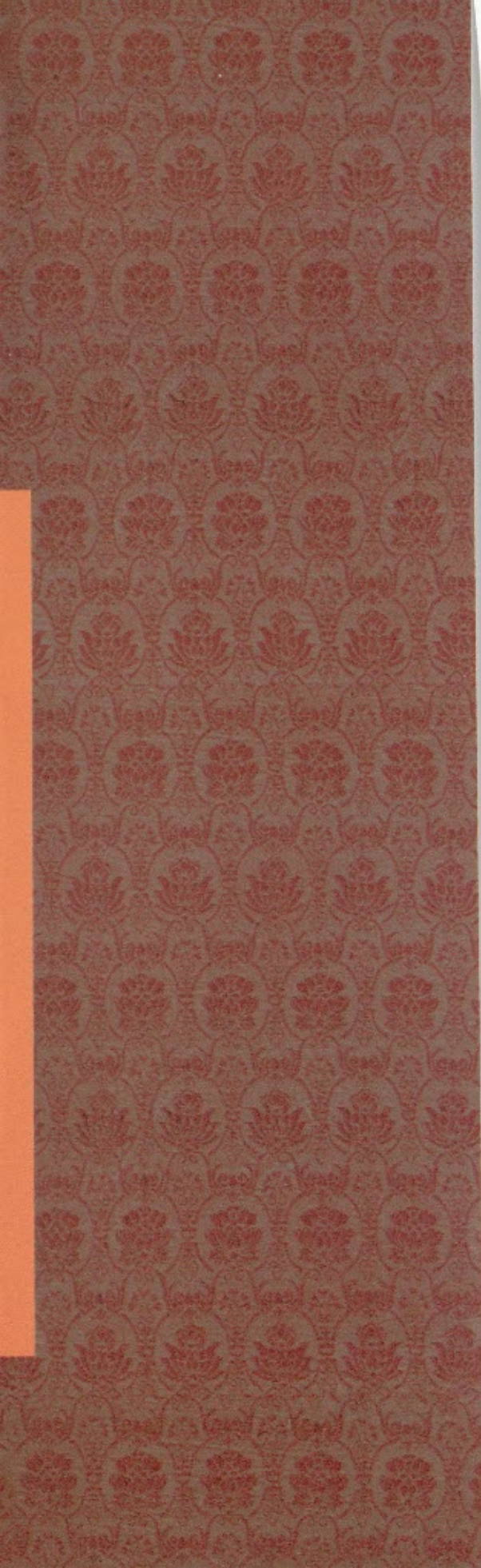
འཇུག་དབྱངས་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་མཛད།

ཡིད་གཏུག་ནང་བརྟན་དཔེ་ཆེར་འཆོལ་བརྒྱ་ཆོག་མཐོང་ཕྱིར་བརྒྱ་དང་ཉེར་ཐུབ།



མི་རིགས་དཔེ་སྐྱུ་ཁང་།







༡༡། །བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཆུང་ངུའི་ཟིན་  
བྲིས་སྒྲོ་གསལ་རྒྱ་མཚོའི་འཇུག་ངོགས་  
ནས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ། །

འཇམ་དབྱངས་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་མཛད།

མེད་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྩེར་འཚོལ་བརྒྱ་རྒྱལ་མ་གྲུག་ཁང་ནས་བཞུགས།



མི་རིགས་དཔེ་སྟླན་ཁང་།







## ཐེང་གཞི།

ཡུལ་གངས་ཅན་གྱི་སྤྲོད་པ་འདིར་སངས་རྒྱུ་གྱི་བསྟན་པ་དར་འཕེལ་བྱུང་བའི་ལོ་ངོ་སྟོང་  
ཕྲག་གི་དུས་ཡུན་ནང་རིས་སྤྲུལ་མཆད་པའི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྤྲོད་ཆེན་དམ་པ་མཐའ་ཡས་  
པ་ཞིག་གི་མད་དུ་བྱུང་བའི་ལེགས་བཤད་པོ་ཏི་པར་ཤིང་དང་བཅས་པ་དབྱུས་གཙང་ཁམས་  
གསུམ་སོགས་བོད་ཁམས་ཁྱོན་དུ་མ་ཟད། ཡུལ་གྲུ་གཞན་དུའང་འཕྱོད་ལས་གྱི་སྤྲོད་བ་དཀར་  
པོས་བྱུང་བཞིན་པ་དེ་ལྟར་ཡང་། དུས་རབས་གྱི་འཕོ་འགྱུར་སྣ་ཆོགས་དང་། ལྷག་པར་རིག་  
གནས་གསར་བརྗེ་ཆེན་པོ་བེད་བའི་གོད་ཆག་ནང་རིམ་བཞིན་ཅ་ཆེའི་ལེགས་བཤད་དེ་དག་གིས་  
མཆོན། ཆོས་འཛིན་རྟེན་གཉིས་ཐད་གྱི་རིག་གཞུང་ཆེས་མང་པོ་ཞིག་ཅ་བ་ནས་སྟོང་ས་བེན་པ་  
དང་། རྒྱལ་དུ་ལུས་པའི་དཔེ་རྟེན་དེ་དག་གི་གས་ནས་མི་ཉུང་བ་ཞིག་བོད་གྱི་ཡུལ་གྲུ་གང་སར་  
ཐོར་གྱུར་དུ་གནས་ཏེ། བཅའ་འཆོལ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་བའི་ཁར་འགའ་ཞིག་བཞུགས་པ་དེ་དག་  
ཀྱང་ཕལ་ཆེར་ཞིག་ནི་དགོན་སྡེ་ཆེ་ཁག་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་པ་ཁག་ མི་སྐྱེར་པ་སོགས་གྱི་ཕྱག་  
མཆོད་གྱི་ཡུལ་ཅམ་དང་། ཡང་ན་རིག་དངོས་ཁོ་ནའི་འདུ་ཤེས་གྱི་ཐོག་ནས་བསྟུ་ཉར་གནང་བ་  
ལས་ཆེས་རྒྱ་ཆེ་བའི་རང་རིགས་གྱི་རིག་གཞུང་ལ་སྦྱོབ་གཉེར་དང་ཞིབ་འཇུག་གནང་མཁན་  
སོགས་གཟིགས་པ་པོ་རྣམས་གྱི་སྤྲོད་ལམ་དུ་འགྱུར་མ་བྱུང་བས་གསུང་རབ་གྱི་དགོས་པ་ཇི་བཞིན་  
སྤྲོད་མ་བྱུང་བ་དང་། ལར་ནས་མ་འོངས་པར་དུས་གྱི་འགྱུར་བཤོད་དང་འབྱུང་བའི་གནོད་  
འཆོས་སོགས་ལས་ཅ་ཆེའི་རིག་གཞུང་དཔེ་དགོན་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཅ་སྟོང་ས་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ངེས་པ་  
མེད་པ་དང་། དེ་དག་སྤྲོད་སྦྱོབ་མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་ཞིག་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་ཉག་གཅིག་ནི་  
ཕྱག་མཆོད་གྱི་རྟེན་དང་རིག་དངོས་གྱི་མཆོན་ཐོག་ནས་སྤྲོད་ཀྱང་མཇལ་དཀའ་བའི་མཛོད་སྤྱག་  
ཏུ་འཇུག་རྒྱ་དེ་མ་ཡིན་པར་མིག་རྒྱུ་ཡངས་པོས་པར་སྤྲོད་འགྲེམས་སྟེལ་ཞུས་ཏེ་རྒྱ་ཆེའི་སྦྱོབ་  
གཉེར་བས་མཆོན། གཟིགས་པ་པོ་རྣམས་གྱི་སྤྲོད་ལམ་དུ་བསྟར་རྒྱ་དེ་ནི་དོན་དམ་པའི་ཉམས་  
པ་སོར་རྒྱུད་དང་། མི་ཉམས་གོང་སྟེལ་གྱི་བྱ་བ་ཞིག་ཡིན་པས། དེར་བརྟེན་བསྟན་པ་དང་མི་  
རིགས་གྱི་རིག་གནས་རྒྱན་འཛིན་དང་སྤྲོད་གསོའི་བྱ་གཞག་ཁ་ཐོག་ཏུ་མ་ལུས་པར་ལག་ལེན་ལ་



བསྟར་བའི་དྲི་མ་མེད་པའི་ལྷག་བསམ་བཟང་པོས་ཀུན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་ད་ལན་ངེད་སེར་ཐེག་ཆེན་  
སྤྱིང་དང་། ལྷ་ལྷན་གཙུག་ལག་ཁང་གཉིས་ཀྱིས་ནང་བསྟན་རིག་གཞུང་སྤྱར་གསའི་མཉམ་  
འབྲེལ་ཐེབས་ཆ་བཞག་ནས་《སེར་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྟེན་འཆོལ་བཟུ་སྟོགས་སྒྲིག་ཁང་》  
ཞེས་པའི་ཆོན་པ་ཞིག་དངོས་སུ་བཙུགས་ནས་དགེ་ལུགས་གསུང་འབུམ་གཙོ་གནད་དུ་བྱས་ཏེ་  
རིས་མེད་ནང་བསྟན་གསུང་རབ་དཔེ་རྟེན་ཁག་གོམ་པ་རིམ་བཤོད་ཀྱིས་འཆོལ་བཟུ་པར་སྟུན་  
ཞུས་ནས་དེའི་གསུམ་ཆ་གཅིག་གཞུང་ལུགས་ལ་གསན་བསམ་གནང་མཁན་མང་བའི་དགོན་སྡེ་  
ཁག་དང་། སྤྱི་ཆོགས་ཆོན་པ་ཁག་གི་དཔེ་མཛོད་ཁང་། དེ་བཞིན་སྤྱོད་གྲུ་སྟོགས་ལ་ཞིབ་འཇུག་  
གི་དཔུང་གཞིའི་ཚུལ་དུ་རིན་མེད་འབུལ་ལམ་ཞུ་རྒྱ་དང་། དེ་འབྲོས་ནམས་རིན་གོང་ཚུང་ཤོས་  
ཀྱི་ཐོག་ནས་རྒྱ་ཆེའི་སྤྱོད་གཉེར་བ་དང་གཟིགས་པ་པོ་ནམས་ཀྱི་ཐུགས་འདུན་སྤྱོད་གང་ཐུབ་ཞུ་རྒྱ་  
ཡིན་པས། རྒྱ་ཆེའི་མཁུན་ལྷན་པས་སྤྱི་དོན་ཐུགས་ལ་འདོག་པའི་ལྷག་བསམ་གྱིས་ངེད་ཆོའི་ལས་  
རིམ་ལ་ཆ་ཆེའི་དགོངས་འཆར་གང་མང་ལྷག་སྟོལ་དང་། ལྷག་པར་འབྲེལ་ཡོད་མ་དཔེ་དགོན་  
རིགས་མགོ་འདོན་གནང་སྤྱོད་ཡོང་བ་བཅས།

སེར་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྟེན་འཆོལ་བཟུ་སྟོགས་སྒྲིག་ཁང་གིས།



# མཇུག་ནམ་མཁོར་བསྟུས།

གཞུང་འདིའི་མཇུག་པ་པོ་ཀེའུ་ཚང་འཇམ་དབྱངས་སྟོན་ལམ་ནི་བོད་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ལྷགས་པག་སྟེ་ལོ་1791ལོར་ཡབ་བཀའ་སྟོན་རྩོམ་པ་རིམ་བཞུག་འཛིན་དཔལ་འབྱོར་དང་ཡུམ་ནམ་བུ་སྟོན་མ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་སྤྱོད་མཚན་བའི་ལྷན་དུ་མ་དང་བཅས་ཏེ་འབྲུངས། སྟག་པོར་བའི་ལྷང་བཞུག་བཞིན་ཀེའི་ཚང་བྱམས་པ་སྟོན་ལམ་གྱི་ཡང་སྤྱོད་དུ་རྩོམ་པ་འཛིན་ལྷན་ཀེའུ་ཚང་སྐུ་མ་ནམ་བུ་གྱི་དྲུང་ནས་ལས་འབྲས་ནས་བཅམས་པའི་སྟེ་བྱ་རྒྱུ་དུའི་སྟོན་གྱི་གདམ་པ་ཡོངས་རྫོགས་གསན། སྟག་རྒྱུ་དུས་ནས་སྟོན་རྩོམ་ཆེ་ཆེ་ཞིང་ཉམས་ཐག་སེམས་ཅན་གཟིགས་སྐབས་སྟག་ཆབ་དབང་མེད་བསེལ་བཞིན་ཕྱག་རྒྱས་གང་ཡོད་ནམས་པངས་མེད་དུ་གནང་བའི་དམ་པའི་རང་ཉགས་དང་ལྡན། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྟག་པོར་མའི་གདན་ས་སེར་ཐེག་ཆེན་གླིང་བྱེས་མཁན་སྟག་གྱ་ཚང་དུ་ཆོས་ལྷགས་གནང་ནས་འདོན་ཆ་ཆོས་བརྗོད་སྟེ་དང་རྒྱན་འཇུག་སྐགས་གཞུང་ཆེན་ལའི་ཙ་བ་ནམས་སྟོན་འཛིན་གནང་། བསྟུས་གྲ་དང་སྟོན་ཉགས་སྐགས་སྟོན་འགྲོའི་རིགས་ལམ་ནམས་དང་དབྱུ་པར་མཛོད་འདུལ་སྐགས་གཞུང་ཆེན་མོ་ནམས་ལ་སྦྱངས་པ་མཐར་སོན་པ་གནང་སྟེ་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་བསྟུས་པའི་ཡུལ་དུ་སྦྱར།

བློ་ཆེན་བཞུག་པ་རབ་རྒྱས་ཀྱི་དྲུང་ནས་བྱུང་རྒྱུ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སྐགས་མདོ་ཐུགས་ཀྱི་ཆོས་མཐའ་ཡས་པ་གསན་པ་དང་ད་དྲུང་དེའི་དྲུང་ནས་བཞུག་རྩོགས་ཀྱི་སྟོན་པ་བཞེས་ཏེ་དམ་ཆོས་འདུལ་བའི་བཅད་པ་ཕྱལ་ཡན་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྦྱང་བའི་འདུལ་བ་འཛིན་པ་ཆེན་པོར་སྦྱར། དེ་ལྟར་ཐོས་པའི་དོན་རྒྱུད་ལ་སྦྱོར་བར་བཞེས་ཏེ་ཀེའུ་ཚང་རི་ཁྲོད་དུ་ལྷགས་ནས་ཆེ་གཅིག་དུ་བྱུང་པ་མཛད། སྐལ་ལྷན་མང་པོས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་བཞིན་གདན་ས་ཆེན་པོ་དགའ་ལྷན་སྐགས་སྟེ་བྱུང་རྒྱུ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལས་བཅམས་པའི་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེར་བསྟོར། གསུང་ལས་སྟེས་པའི་སྟོན་མ་ནི་དགའ་ལྷན་ཐེ་བོ་སྦྱལ་སྦྱུ་ཤེས་བྱུང་བཞུག་རྒྱ་མཆོ་སྐགས་བཞུག་པ་ལ་མཇུག་རྩོམ་ཆེ་བའི་སྟོན་མ་མང་དུ་བསྦྱངས། དེ་ལྟར་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་འདིས་རང་ཅག་སྦྱི་རབས་པའི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་བཅམས་པའི་གསུང་རྩོམ་ནི། དགའ་ལྷན་སྟག་བརྒྱུད་



ཀྱི་བཀའ་སྲོལ་ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོའི་ཟིན་བྲིས་ནས་གོལ་ཀྱན་དུ་དགེ་བའི་ལམ་བཟང་། རྣལ་འབྱོར་  
སྦྱོང་པ་པའི་ཡིད་དང་ཀྱན་གཞིའི་ཙ་འགྲེལ་གྱི་དཀའ་གནད་གསལ་བྱེད་སྟགས་ཡོད་པ་ལས་པོད་  
གཉིས་ལྷག་ཙམ་ཞིག་ད་ལྟ་པོ་བྲང་པོ་ཏ་ལར་བཞུགས་པ་བཅས་སོ།

སེར་གཙུག་ནང་བསྟན་དཔེ་རྟིང་འཆོལ་བསྟུ་ཕྱོགས་སྒྲིག་ཁང་ནས།

(505) ..... རྒྱུ་ལྡན་པའི་

(815) ..... རྒྱུ་ལྡན་པའི་

## དཀར་ཆག

(885) ..... རྒྱུ་ལྡན་པའི་

མཚན་བརྗོད་དང་ཚྭ་པར་དམ་བཅའ་བ། ..... (1)

ཉིན་དང་པ། ..... (2)

ཉིན་གཉིས་པ། ..... (14)

ཉིན་གསུམ་པ། ..... (31)

ཉིན་བཞི་པ། ..... (43)

ཉིན་ལྔ་པ། ..... (54)

ཉིན་དྲུག་པ། ..... (64)

ཉིན་བདུན་པ། ..... (77)

ཉིན་བརྒྱད་པ། ..... (91)

ཉིན་དགུ་པ། ..... (107)

ཉིན་བརྒྱ་པ། ..... (117)

ཉིན་བརྒྱ་གཅིག་པ། ..... (130)

ཉིན་བརྒྱ་གཉིས་པ། ..... (147)

ཉིན་བརྒྱ་གསུམ་པ། ..... (162)

ཉིན་བརྒྱ་བཞི་པ། ..... (176)

ཉིན་བརྒྱ་ལྔ་པ། ..... (190)



ཉིན་བརྩ་རྒྱ་པ། .....	(202)
ཉིན་བརྩ་བདུན་པ། .....	(218)
ཉིན་བཙུ་བརྩ་པ། .....	(233)
ཉིན་བརྩ་དགུ་པ། .....	(244)
ཉིན་ཉི་ཤུ་པ། .....	(258)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(275)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(289)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(299)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(311)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(325)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(349)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(364)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(366)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(381)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(393)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(405)
ཉིན་ཉི་ཤེས་པ། .....	(424)

## དཔེ་སྒྲུབ་གསལ་བཤད།

བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱུ་དུའི་ཟིན་བྲིས་སྒྲོ་གསལ་རྒྱ་མཚོའི་འཕྲུག་ངོགས་ཞེས་བྱ་བ་  
འདི་ནི་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་སྤྱི་མ་དམ་པ་ཀེའུ་ཚང་འཇམ་དབྱངས་སྒྲོན་ལམ་མཚོ་གྲིས་མཛེད་  
པ་ཞིག་ཡིན་གཞིས། གཞུང་འདིའི་མཚན་ལ་ཡང་ཀེའུ་ཚང་ལམ་རིམ་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་དེ་  
ལགས། སྤྱིར་ལམ་རིམ་གྱི་གཞུང་མང་པོ་ཡོད་པའི་ནང་ནས་འདིར་དམིགས་སུ་བསལ་བའི་བྱང་  
ཆོས་དུ་མ་ཡོད་པ་ལས་གཙོ་བོ་ཞིག་ནི་མིའི་འཚོ་བ་དངོས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་གྱི་ནང་ནས་ལེགས་ཉེས་  
སྤང་དོར་གྱི་བསྐབ་བྱ་གཙོ་བོར་སྦྱོར་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ་ཆོས་ལ་དད་པ་ཡོད་མེད་དང་དཀོན་  
མཚོག་ལ་སྐྱབས་བཙུང་མིན་ལ་མ་བཟོས་པར་ཆང་མས་ཉམས་སུ་སྤངས་ཆོག་པའི་བསྐབ་བྱ་མང་  
པོ་ཡོད་པ་དག་གོ་བདེ་བ་དང་། སེམས་ལ་བྱུག་པ། ཉམས་སུ་ལེན་བདེ་བ་ལ་སོགས་པའི་བྱང་  
ཆོས་དུ་མ་ལྟར། ལྷག་པར་འཆམ་མཐུན་སྤྱི་ཆོགས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་དུས་སྐབས་འདི་འདྲ་ཞིག་  
གི་ནང་བོད་དར་ནང་ཆོས་ཀྱི་ཀུན་སྦྱོང་རིག་པའི་གཞུང་ནས་མི་རྣམས་ལ་གསུངས་པའི་བསྐབ་བྱ་  
དེ་རིགས་ཀྱི་མི་མངོན་པའི་རྒྱས་པ་འདོན་སྤེལ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱེད་རྒྱ་ནི་སྐབས་བབ་པར་དུ་སྒྲུབ་  
པའི་དགོས་དོན་གཙོ་བོ་ལགས། གཞན་ཡང་འདིས་དད་ལྡན་པ་དང་། ནང་ཆོས་ལ་ཞིབ་  
འཕྲུག་གནང་མཁན་ཆོར་སྒྲོགས་གང་ཐད་ནས་པན་རྒྱབས་ཆེན་པོ་ཡོང་ངེས་ལགས།

འདིའི་ནང་བརྗོད་བྱེད་ཆོག་གི་སྦྱར་བའི་ཐོག་ནས་གོང་འོག་མི་མཚུངས་པའི་བྲིས་རེ་བྲུང་  
འཕྲུག་པ་དཔེར་ན། གསུང་ངོ་ཞེས་པ་དང་གསུངས་སོ་ཞེས་པ་ལ་སོགས་ནི་གཞུང་འདི་ཉིད་  
དངོས་སུ་འབྱི་བཞིན་པའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་དམ་སྟུང་ནས་རང་སོར་  
བཞག་ཡོད། གཞན་གྱི་དཔེ་སྒྲིག་ཁྱེད་ཀྱི་ཐད་འཆམས་མིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཡོད་ངེས་པས་རྒྱ་  
ཆེའི་སྒྲོག་པ་པོ་དག་ནས་ལེགས་ཉེས་སྤང་དོར་གང་ལེགས་ཡོང་བའི་སྐབས་འཕྲུག་ཁྱེ་རྒྱ་དང་  
བཅས།

མི་རིགས་དཔེ་སྒྲུབ་ཁང་ནས།





## མཚན་པར་བརྗོད་པ་དང་རྩམ་པར་དམ་བཅའ་བ།

༡༡། སྟོ་བཟང་ཐུབ་དབང་གཉིས་པ་དང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་པའི་དཔལ་ལྡན་སྤྲུལ་མ་དམ་པ་  
 ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྡན་པའི་ཞབས་ཀྱི་པར་ལྟོ་ལ་དུས་ཐམས་ཅད་དུ་གྲས་པས་ཐུག་འཆལ་  
 ལ། །བཙེ་བ་ཆེན་པོས་དུས་དང་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་དུ་རྗེས་སུ་བཟུང་དུ་གསོལ། སྟེ་  
 དུས་སྤྱི་གཤིས་ཀྱི་ཐུབས་ཤིང་ཞི་དུལ་ཆངས་སྟོན་ལྡན་པའི་སྟེ། །གསུང་ནི་གདུལ་བྱའི་སྟོ་དང་  
 འཆམས་པར་ཟབ་རྒྱས་དམ་ཆོས་སྟོན་པའི་གསུང་། །ཐུགས་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་ཅིང་འགོ་  
 ལ་བྱ་ལྟར་བཙེ་བའི་ཐུགས། །སྟུབས་གསུམ་ཀྱན་འདུས་དྲིན་ཅན་སྤྲུལ་མའི་ཞབས་ལ་སྟེ་བོས་ཐུག་  
 བགྱེད། །སྟོ་བཟང་རྒྱལ་ཀྱན་ཡབ་གཅིག་འཇུག་དཔལ་དབྱངས། རྒྱལ་གྲོལ་ཡིད་བཞིན་ནོར་  
 མཚོག་འགོ་རྒྱམས་ལ། །སྟེ་ལྷ་ཕྱིར་སྤྲུབས་ཆེན་སྟོན་ལྟུང་མཛེད་བཟང་ཅན། །ཡབ་སྲས་སྟེ་  
 བྲིང་ཀྱན་དུ་སྟེ་བོར་མཚན། །དྲིན་ཅན་སྤྲུལ་མའི་ཞལ་གྱི་གདམས་པ་མཚོག་། བརྗོད་མེད་  
 ཉམས་ལེན་རིང་དུ་གནས་པའི་ཕྱིར། །གནད་དོན་བསྐྱུས་ཏེ་གསུང་བཞིན་འདིར་འགོད་  
 གི། །དོན་འཇུག་གཟུངས་སྟོབས་སྤང་བ་སྟུལ་དུ་གསོལ། །དེ་ལ་འདིར་བདག་ཅག་སྟིགས་  
 དུས་ཀྱི་སྟེ་བོ་མ་རུང་པ་རྒྱམས་འདུལ་བའི་ཕྱིར་སྲས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོད་བཙེ་རྒྱས་  
 གསུམ་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་ནས་དུས་སྤྱི་གཤིས་གི་སྒྲོས་གར་བསྐྱུར་བ་མཚན་ལྡན་རྗེ་བཙུན་སྤྲུལ་མ་དོན་གྱི་  
 སྤྲང་དུ་མཚན་ནས་སྟོས་ཏེ་སྟོ་བཟང་འཇུག་དབྱངས་སྟོན་ལྟུང་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་སྤྲུལ་ནས་  
 ཀྱིས་སྟེ་སྟོ་བཟང་པའི་ཆོས་བཅོ་ལྔ་ནས་ཉིན་སུམ་ཅུ་སོ་གཉིས་ཀྱི་རིང་དགའ་ལྡན་རྒྱུ་པར་རྒྱལ་  
 བའི་སྤྱིང་གི་ཤར་པ་ནོར་བུ་སྤྱིང་པའི་ཆོས་ལུགས་བཤད་ཀྱན་སྟོན་སྤྱིང་དུ་མཁས་མང་འདུས་པ་  
 རྒྱ་མཚོའི་དབུས་སུ་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་གསུང་གི་ཉིང་ཁུ་ལམ་རིམ་རྒྱུང་བའི་བཤད་ལུང་  
 སྟུལ་སྐབས་ཀྱི་གསུང་བཤད་ཟབ་གནད་འགའ་ཞིག་འབྲི་བ་ལ།



## ཉིན་དང་པོ།

སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ་འབྲོམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོའི་གསུང་ལས།  
ངོ་མཆར་བཀའ་ནི་སྡེ་སྡོད་གསུམ་པོ་སྟེ། །གདམས་པ་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱིས་མཛོས་པ་  
ཡི། །བཀའ་གདམས་རིན་ཆེན་གསེར་གྱི་ཕྱང་བ་འདི། །འགྲོ་བ་གང་གིས་  
བགྲངས་ཀྱང་དོན་ཡོད་འགྱུར། །ཞེས་དང་། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་གསུང་  
ལས། འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཡོངས་ཀྱི་གཙུག་གི་རྒྱན། །སྒྲོན་པའི་བ་དན་འགྲོ་ན་  
ལྟང་ངེ་བ། །ལྷ་སྐབ་ཐོགས་མེད་གཉིས་ལས་རིམ་བཞིན་དུ། །ལེགས་བརྒྱད་བྱང་  
རྒྱལ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི། །སྦྱེ་རྒྱུ་འདོད་དོན་མ་ལུས་སྒྲོང་བས་ན། །གདམས་པ་  
རིན་ཆེན་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་སྟེ། །གཞུང་བཟང་སྟངས་གི་རྒྱ་བོ་འདྲུ་བའི་ཕྱིར། །  
དཔལ་ལྷན་ལེགས་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཆོའང་ཡིན། །ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་པར་  
མཛད་ནས། ཐར་འདོད་ཀྱན་གྱི་འཕྲུག་དོགས་གཅིག་ཕུ་ནི་རྒྱལ་བའི་བཀའ་སྡེ་སྡོད་  
གསུམ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་དོན་མ་ལུས་པ་བདེ་སླག་དུ་རྟོགས་ཐབས་ཀྱི་གདམས་ངག་  
མཆོག་ནི་ངོ་བོའི་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདི་ཁོ་ན་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་  
རྒྱལ་བའི་བཀའ་གདམས་ངག་གིས་མཛོས་པར་བྱས་པའི་བཀའ་གདམས་རིན་ཆེན་  
གསེར་གྱི་ཕྱང་བ་འདི་འགྲོ་བ་གང་གིས་བགྲངས་ཀྱང་། གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་  
གི་དོན་ཡོད་པར་འགྱུར་མོད་དུང་འགྲོ་ལ་སོགས་པའི་མི་ཁོམ་པའི་གནས་སུ་སྦྱིས་པ་  
ན་བགྲངས་བའི་ཐབས་མེད། རང་ཅག་རྣམས་ད་རེས་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེའི་མི་ལུས་  
ཐོབ་དུས་འདིར་དོན་དང་བྱ་བ་གཞན་ཐམས་ཅད་དོར་ཉེ་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་  
སྒྲོན་ས་བཀའ་གདམས་འདི་ལ་ངེས་པར་འཕྲུག་དགོས་གསུངས། དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པས། སྒྲོན་པའི་རིན་ཆེན་འཕེལ་ལ་བཀའ་གདམས་ཞེས་པའི་དོན་གང་



ཡིན་ཞེས་བཀའ་འདི་གནང་བ་ན། སྤྱན་ལྷན་རྒྱལ་བའི་བཀའ་ལས་ཡིག་ན་གཅིག་  
 ཀྱང་འདོར་དུ་མེད་པར་གང་ཟག་གཅིག་འཛང་རྒྱ་བའི་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་བས་ན་  
 བཀའ་གདམས་པ་ཟེར་བྱས་པས། རྗེ་ཡང་སྤྱགས་ཡིད་འཕྲོག་པའི་ཚུལ་མཛད་དེ་  
 ཆོགས་ཆོས་ཀྱི་དབུས་སུ་ཡང་དེ་རིང་ངེད་ལ་སྤྱན་ལྷན་སྟོ་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་སྤྱན་ཞེས་  
 མཉེས་མཉེས་མཛད། དེ་འདྲའི་བཤད་བྱའི་ཆོས་འདི་བྱངས་བཅུན་པར་བཞུན་  
 པའི་སྒྲོན་ས་ངོས་བབྱང་བ་ལ། འཛམ་གླིང་མཁས་པ་ཞེས་པ་ནས། ལེགས་བརྒྱད་  
 བྱང་ཚུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ནི། ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། སྤྱི་རྒྱུ་རེ་བ་མ་ལུས་པ་  
 སྒྲོང་བས་འབྲས་བུ་དོན་ཆེ་བར་བཞུན་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་རྒྱུ་འདོད་དོན་ཞེས་སྟགས་  
 ཆོག་རྒྱང་གཉིས་གསུངས། ཆོས་འདིའི་བཙུན་བྱ་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་འདུས་ཆེ་བས་ཀྱན་གྱི་  
 ཡུལ་མིན་ཞིང་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཏུ་བཞུན་པའི་ཕྱིར།  
 གཞུང་བཟང་སྒྲོང་གི་རྒྱ་པོ་ཞེས་སྟགས་ཆོག་རྒྱང་གཉིས་གསུངས། དེ་ཡང་གཉིས་  
 མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ལ་སྟགས་པའི་བཙུན་བྱ་བྱང་པར་ཡོངས་སུ་རྒྱུ་ལས་པའི་དཔལ་དང་  
 ལྷན་པས་ན་ལམ་རིམ་འདི་ལ་དཔལ་ལྷན་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་  
 ཚུལ་སྟགས་ཀྱི་གསུང་བཤད་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པར་སྟུལ། དངོས་གཞིའི་གསུང་བཤད་རྗེ་  
 བཅུན་དམ་པ་སྤྱགས་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་ལྷན་པ་ཞེས་སྟགས་ཀྱི་ཕྱག་མཛད་ཡུལ་གྱི་སྤྲ་མ་  
 བོ་ལྟ་བུ་སྤྱག་མཁན་ཆེན་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་དང་། སྤྱ་སྒྲོང་མཁན་ཆེན་ཆོས་  
 སྐབས་བཟང་པོ་སྟགས་ཆོས་འདིའི་ཙ་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲ་མ་གོང་མ་ནམས་ཡིན་གསུངས།  
 མི་མཛད་ཞིང་གི་ཞེས་པ་ནས། གྲུས་པས་བདུད་ནས་ཞེས་པའི་བར་གྱིས། སྤྱབ་  
 དབང་བྱམས་འཇམ་དབྱངས་སུ་སྤྱབ་ཐོགས་མེད་བཅས་ལ་ཐོག་མར་མཆོད་བཙུན་  
 མཛད་པ་ཡིན། མི་མཛད་ཞིང་གི་ཞེས་པའི་དོན་ནི། མདོ་ལས་འདོད་ཆགས་ཀྱིས་  
 མི་མཛད་ཅེས་སྟགས་གསུངས་པ་ལྟར་མི་མཛད་ཅེས་པ་བཟོད་པའི་དོན་ཡིན་པར་བྱ་  
 སྟོན་ཆོས་འབྱུང་དུ་གསུངས། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་གཞན་གྱི་གདུལ་བྱ་དང་མི་འདྲ་



བར་ཁིང་འདིའི་གདུལ་བྱ་རྣམས་འདོད་ཆགས་བཟོད། ཞེ་སྤང་བཟོད། གཏི་མུག་  
 བཟོད་ ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ནི་བདག་ཅག་གི་རྗེ་བཙུན་ཙུ་བའི་སྤྱོད་མ་  
 རྣམ་གྱོལ་རིན་པོ་ཆའི་གསུང་རྒྱུན་དུ་ཆགས་སོགས་དེ་དག་ལ་མི་ཞིང་པའི་དོན་ཡིན་  
 གསུངས་ཏེ་གནད་གཅིག་པར་འབྲུག་གསུངས། གོང་གི་ཙུ་བའི་ཆོག་སྤྱོད་ཟབ་མོ་ལྟ་  
 བ་དང་ཞེས་པ་ནས། མདོར་བསྡུས་ཚུལ་གྱིས་འདིར་ནི་བཤད་པར་བྱ། ཞེས་པའི་  
 བར་གྱི་ཕྱི་རབས་གྱི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ལམ་རིམ་ལ་འབྲུག་པ་བདེ་བའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་  
 རིམ་ཆེན་མོ་ལས་སྤྱར་ཡང་ཆོག་དོན་གྱི་སྤྱོད་པ་མདོར་བསྡུས་ཏེ་ལམ་གྱི་དམིགས་རྣམ་  
 ལ་ཤིན་ཏུ་འགྲིལ་བའི་ལམ་རིམ་རྒྱུ་དུ་འདི་བཤད་པར་དམ་བཅའ་མཛད་པ་ཡིན།  
 འདིར་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གྱི་གནད་བསྡུས་པ་ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས།  
 ལམ་སྤྱོད་འགྲེལ་པ་དང་བཅས་པ་འདིས་གསུང་རབ་ཀྱན་གྱི་ཆོག་དོན་མཐའ་དག་  
 ལམ་གཙོ་རྣམ་གསུམ་གྱི་ཉམས་ལེན་དུ་བསྐྱེལ་ནས་བསྟན་པས་ན་གསུང་རབ་ཐམས་  
 ཅད་གྱི་གནད་བསྡུས་པ་དང་། དེ་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱིས་འགྲེལ་བྱེད་གཞན་ལ་  
 མ་སྟོས་པར་གསལ་བར་བྱེ་བས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ལམ་སྤྱོད་ཞེས་བྱ། ཐེག་པ་ཆེན་པོ་སྤྱིའི་  
 ཆོས་ཡིན་པས་སྤྱོད་པོ་མཆོག་གི་ཆོས་ལྷགས་ཞེས་བྱ་ཞིང་། འདི་ནི་སྤྱོད་པུ་གསུམ་གྱི་  
 ལམ་ཐམས་ཅད་གང་ཟག་གཅིག་གི་ཉམས་ལེན་དུ་མ་ཆང་བ་མེད་པར་བསྡུས་པ་ཞིག་  
 ཡིན་པས་ལམ་རིམ་འདིའི་སྒོ་ནས་སྐལ་ལྷན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་འབྲིང་ཚུལ་ནི་གང་  
 བཤད་བྱའི་ཆོས་སུ་གསུངས་པས་སྤྱོད་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་  
 གི་དོན་གང་འདོད་ཀྱང་ཆོས་འདི་ཁོ་ན་ལ་ཉན་བསམ་སྒོམ་གསུམ་བྱ་དགོས་པར་ངེས་  
 ཤེས་བརྟན་པོ་རྙེད་པ་ཞིག་ཐོག་མར་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་གསུངས། དེ་ནས་ཙུ་བའི་ས་  
 བཅད་བཞིའི་དང་པོ་མཛད་པ་པོའི་ཆེ་བ་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ། གདམས་ངག་འདི་  
 སྤྱིར་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་གྱི་མདོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ལ།  
 ཞེས་པས་སྤྱིར་གདམས་ངག་འདི་རྗེ་བཙུན་བྱམས་མགོན་གྱིས་མཛད་པར་བསྟན་ཏེ།



དེ་ཡང་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་དུ། ཤེས་རབ་པ་རྣམས་ཀྱི་པ་ནི། དངོས་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་  
 ཡང་དག་བཤད། ། ཅེས་དངོས་སྤྱུག་གསུངས་ནས། རྟོན་གྱི་ཐོབ་པ་ལ། ཤེས་རབ་  
 པ་རྣམས་ཀྱི་པ་ནི། དངོས་པོ་དྲུག་གིས་ཡང་དག་བཤད། ། ཅེས་པ་དང་། ཡང་  
 ཤེས་རབ་པ་རྣམས་ཀྱི་པ་ནི། དངོས་པོ་གསུམ་གྱིས་ཡང་དག་བཤད། ། ཅེས་  
 འབྲུང་། དེའི་དང་པོ་དངོས་པོ་བརྒྱད་ངོས་བརྒྱུད་བའི་ཕྱིར། རྣམ་ཀྱན་མཁུན་  
 ཉིད་ལམ་ཤེས་ཉིད། ། ཅེས་པ་ནས། ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་དང་དེ་རྣམས་བརྒྱད་ཅེས་པའི་  
 བར་གསུངས། དངོས་པོ་དྲུག་ངོས་བརྒྱུད་བའི་ཕྱིར། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡི་སྦྱར་བ་  
 དང་། ། ཞེས་པ་ནས། རྟོན་བསྐྱུས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་དྲུག་ཅེས་པའི་བར་གསུངས།  
 ཡང་དངོས་པོ་གསུམ་ངོས་བརྒྱུད་བའི་ཕྱིར། ཡུལ་ནི་རྣམ་པ་གསུམ་པོ་རྒྱ། ། ཞེས་  
 པ་ནས། རྟོན་བསྐྱུས་གཞན་ཏེ་རྣམ་པ་གསུམ། ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས་ཏེ། དེ་  
 ལྟར་ཡུལ་གྱི་མདོ་རྟོན་མངོན་རྟོགས་བརྒྱད་དང་། དྲུག་དང་། གསུམ་དུ་བསྐྱུས་  
 ཚུལ་གསུམ་ལས་ལམ་རིམ་གྱི་བྱིད་ཚུལ་འདི་ནི་རྟོན་བསྐྱུས་གསུམ་པའི་མན་ངག་ཡིན་  
 ཏེ། མི་རྟག་སྤྱུག་བསྐྱུས་ལ་སོགས་པའི་མཁུན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་ནི་ཡུལ་དང་། ཇེས་  
 འབྲུང་བྱང་སེམས་ལ་སོགས་སྦྱར་བཞིའི་བདག་ཉིད་ཀྱི་སྒྲིམ་ནི་རྒྱ་དང་། རྟོགས་  
 བྱང་ལ་སོགས་པའི་ཆོས་སྤྱོད་ལས་དང་བཅས་པ་ནི་འབྲས་བྱར་བཞུག་པའི་སྒྲི་  
 བསྐྱུས་པས་སོ། ། དེའི་ཕྱིར་ལམ་སྦྱོར་འདི་མངོན་རྟོགས་ཀྱི་མན་ངག་ཏེ་  
 བཞག་པ་ཡིན་ཞེས་རྟོན་གྱི་སྤྱད་དུ་མཆོན་ནས་སྦྱོས་ཏེ་བདག་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་རུ་  
 སྦྱང་བྱི་ཆེན་རྩི་འཆང་གིས་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། རྟག་ཆོ་ལོ་རྩལ་བས་ཀྱང་ལམ་  
 སྦྱོར་འདི་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱིར་ཐུག་ཐབས་ཡིན་གསུངས། དེས་ན་བྱིད་  
 གདན་ས་ཆེན་པོའི་འཆང་ཉན་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་པོ་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་པའི་ལྷགས་  
 སྤོལ་ལྟར་ལམ་རིམ་ཞེས་པ་སྤྱུགས་བམ་འདི་གཅིག་ལྟ་ལ་གོ་ཞིང་པོ་ཏེ་སོ་སོ་ཡིན་པ་  
 ཅེས་རྒྱ་མཆོན་དུ་བྱས་ནས་གཞུང་དང་མན་ངག་ཆད་ལྟན་རྣམས་ནང་འགལ་དུ་



འཛིན་པ་ནི་རང་གཞན་གྱི་པན་བདེའི་ཙ་བ་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ་ཤིན་ཏུ་གནོད་  
 ཚབ་ཆེ་བས་དེ་ལྟར་མི་མཛད་པར། རྗེ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱག་སྒྲིལ་དབྱ་པར་འདུལ་མཛོད་སོགས་གཞུང་ཆེན་མོ་ནམས་ལ་སྦྱངས་པ་མི་  
 དམན་ཞིང་། དེ་ཡང་ཁ་སྦྱང་དང་བཤད་ཡམ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་རང་རྒྱུད་འདུལ་  
 ཐབས་སུ་གོ་ནས་རིམ་ཆེ་བ་དེ་ཙམ་གྱིས་གཞུང་ཆེན་མོ་ཐམས་ཅད་  
 གདམས་ངག་ཏུ་འབྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་ཅི་ནས་མཛད་དགོས་ཚུལ་སོགས་ཤིན་ཏུ་གཅིས་  
 པའི་བཀའ་སློབ་ཀྱང་ནན་ཏན་མཛད། བྱད་པར་དུ་འདིའི་གཞུང་ནི་བྱང་ཆུབ་ལམ་  
 གྱི་སྒྲིན་མ་ཡིན་པས་དེ་མཛད་པ་པོ་ཉིད་འདིའི་ཡང་མཛད་པ་པོའོ་ཞེས་པའི་སྐབས་  
 ལ། རྗེ་ཉིད་ཇོ་བོ་རྗེ་དང་ཕྱགས་རྒྱུད་གཅིག་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མཛད་པ་པོ་གཅིག་  
 པར་གསུངས་ཞེས་བཞེད་པ་ཡང་འདུག་སྟེ། འོན་ཏེ་ལམ་རིམ་འདིའི་བཤད་བྱ་ཙ་  
 བའི་གཞུང་ནི་ལམ་སྒྲིན་ཡིན་པས་ཞེས་རྒྱ་མཚན་དུ་གསུངས་པས་ཇོ་བོ་རྗེ་ནི་ལམ་  
 སྒྲིན་ལ་བརྟེན་པའི་ལམ་རིམ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛད་པ་པོ་ཡིན་བྱས་ཆོག་གསུངས།  
 དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དྲུ་པ་ཀ་ར་ཕྱེ་རྩྭ་ན་མཚན་གཞན་དཔལ་ལྷན་ཨ་ཏི་ཤ་ཞེས་  
 ཡོངས་སུ་གྲགས་པ་སྟེ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། རབ་འབྱམས་གསུང་རབ་ཀྱན་ལ་  
 བཟླ་བའི་མིག་དང་། སྐལ་བཟང་ཐར་པར་འགྲོད་པའི་འདུག་ལོགས་མཆོག་ནི་བྱང་  
 ཆུབ་ལམ་སྒྲིན་ཡིན་ལ། དེ་མཛད་པ་པོ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་ལ་རྒྱ་གར་དུ་རབ་བྱང་མཛད་  
 དུས་དྲུ་པ་ཀ་ར་ཕྱེ་རྩྭ་ན་ཞེས་མཚན་གསལ་ཞིང་། དེ་བོད་སྐད་དུ་བསྒྱུར་ན་དཔལ་  
 མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་ཡིན། བོད་དུ་ཕེབས་ནས་ལྷ་སྒྲུ་མ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་  
 ཨ་ཏི་ཤ་ཞེས་མཚན་གསལ། དེ་ནི་ཕུལ་བྱང་ཞེས་པ་ཡིན་ཚུལ་སོགས་ནམ་ཐར་སྟེ་  
 དང་། བྱད་པར་དུ་གྲོ་ལུང་པས། རྒྱལ་བའི་མདུན་ན་རྒྱལ་སྐས་བཟང་པོ་སྦྱང་། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་འཛིན་ཏེན་དུ་བྱོན་པའི་དུས་སུ། ཇོ་བོ་འདི་བྱིམ་  
 པའི་ཚུལ་འཛིན་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་བཟང་པོ་སྦྱང་དུ་གྱུར་པ་དང་། དེ་



ནས་སྐྱེ་རབས་ཉི་ཤུ་ཙམ་གཉིས་ཙམ་ནི་ཡབ་སྐུ་སྐུ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་ཐར་བཀའ་གདམས་  
 གྲུགས་བཅའ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་འབྱུང་བ་ལྟར་དང་། སྐྱེ་ཆེ་འདིའི་དབང་དུ་བྱས་ན་མང་  
 བཀྱར་བའི་རྒྱལ་རབས་སུ་སྤྱིང་བའི་ཡབ་ཟེ་ཉིན་རྒྱལ་པོ་དགེ་བའི་དཔལ་དང་།  
 ཡུམ་དཔལ་མོ་འོད་ཟེར་ཙམ་གཉིས་ལ་སྐུ་གསུམ་མངའ་བའི་འབྲིང་པོར་སྐྱེ་  
 འབྱུངས། བོད་རྒྱལ་པོའི་གདུང་རབས་ཀྱང་མང་བཀྱར་བར་འདོད་པས་ངོ་བོ་དང་།  
 ལྷ་སྤྱི་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་གཉིས་གདུང་དང་མཆོད་གཅིག་པ་ཡིན། འབྱུངས་མ་ཐག་  
 རྒྱལ་པོའི་ཁབ་དུ་མེ་ཉོག་གི་ཆར་བབས། འཇའ་ཆོན་གྱི་གུར་ལུབ། ལྷའི་སྐྱེ་  
 དབྱངས་སྐྱེ་བོ་ཡོངས་ཀྱིས་ཐོས་པ་བྱུང་། དེའི་ཆེ་ཐོག་མཆོམས་ནས་མེ་ཉོག་ལྷུ་  
 ལའི་ཆུན་པོ་ཞིག་སྐྱེས་པ་ཡབ་ཡུམ་སོགས་ཀྱིས་གྱིས་མཐོང་། རྩི་བོ་རང་གིས་སྐྱོལ་  
 མའི་ཞལ་གཟིགས། འབྱུངས་ནས་སྤྱི་བ་བཙོ་བརྒྱད་སོང་བ་ན་པོ་བྱང་དེའི་བྱང་  
 རྩིགས་ན་བི་ཀ་མ་ནི་ཡུར་ཞེས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་མཆོད་རྩིས་དཔག་དུ་མེད་པ་  
 དང་། ཡབ་ཡུམ་སྤོན་འབངས་བཅས་ཤིང་རྟ་ལྷ་བརྒྱར་ཁྱེད་མཆོད་པ་འབུལ་  
 དུ་ཐེབས། རྩི་བོས་རྟེན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཛད་ཅིང་། བདག་ནི་དལ་འབྱོར་མི་  
 དབང་ལུས་ཐོབ་ཅིང་། ། སྤོན་མེད་དབང་པོས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་འབྲང་  
 ཞིང་། ། ཉིན་དུ་གུས་པས་དཀོན་མཆོག་སྐྱེ་བོར་སྤྱང་། ། དེ་རིང་ཉིད་ནས་སྐྱབས་  
 གནས་མཛད་དུ་གསོལ། ། ཞེས་གསུངས་པས། ཐམས་ཅད་ཡ་མཆོད་སྐྱེས་ཏེ་སྐྱེས་  
 དུ་དམ་པ་ཡིན་པར་ཁ་ཆོན་བཅད། དེ་ནས་ལོ་གསུམ་ལོན་པ་ན་རྩིས་དང་སྤྱི་ལ་  
 མཁས། ལོ་དྲུག་ལོན་པའི་དུས་སུ་ད་ལྟ་རང་རེའི་གནས་བཟན་དགེ་བཤེས་བགྲུ་  
 པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྐྱེད་དུ་མེད་པའི་ཕྱི་ནང་གི་བྱང་པར་འབྱེད་བྱུང་བའི་སྤྱོད་གྲོས་དང་  
 སྐྱབས་འབྱོའི་རྟོགས་པ་ཐུགས་ལ་འབྱུངས། དེ་ནས་བཟུང་དགུང་ལོ་བཅུའི་བར་དུ་  
 སྐྱབས་འབྱོར་དང་བསྐྱེད་གནས། མཆོད་སྐྱེན་ཕྱག་དཔེ་གཟིགས་པ་སོགས་དམ་པའི་  
 སྤྱོད་པ་ཤ་སྟག་མཛད། དགུང་ལོ་བཅུ་གཅིག་ལོན་པ་ན། རྒྱལ་པོ་ལྷ་སྤྱི་འཛིན་གྱི་







དང་འགྲོགས་ཀྱང་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་བཤད། ། ཇི་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཤེས་པ་མ་  
 ཐེབས་པས། ། གོ་སྐབས་སྡེ་ཞིག་བདག་ནི་ཆོས་ལ་འགྲོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
 ཡབ་ཡུམ་གྱིས། འཁོར་བས་སྐྱོན་རྒྱལ་སྲིད་བབྱང་ལ་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ།  
 དབུལ་ཕོངས་ལ་སྦྱོར་པ། གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས་ལ། དགེ་འདུན་སྦྱོར་འདྲིན་  
 པ་སོགས་བྱས་ན་ཀུན་ཏུ་བདེ་བར་འགྱུར་ཚུལ་ཁྱེས་པས་ན་དེད་ཀྱིས་འཁོར་བ་འདི་  
 ལ་ཆེར་བལྟས་པས། རྒྱལ་སྲིད་ལ་ཆགས་པའི་སྤང་བ་ནི་རྩལ་ཅམ་ཡང་མི་  
 གདའོ། ། གསེར་གྱི་ཕོ་བྲང་དང་བཙོན་ར་ལ་བྱད་མེད། བཙུན་མོ་དང་བདུད་ཀྱི་  
 བུ་མོ་ལ་བྱད་མེད། ཁ་ཟས་མངར་གསུམ་དང་བྱི་ཤ་རྒྱག་ཁྱག་ལ་བྱད་མེད། དར་  
 ཟབ་གོས་རྒྱན་གྱིས་མཛེས་པ་དང་མི་གཙང་ཁྲོད་དུ་ལ་བ་གྱོན་པ་ལ་བྱད་པར་རུང་  
 ཟད་ཀྱང་མི་གདའ་བས་ད་ནགས་སུ་བསམ་གཏན་སྒྲོམ་དུ་འགྲོ། ། ཉི་མ་དེ་རིང་ང་  
 ལ་ཤ་དང་འོ་མ་སྤང་ཅི་བྱ་རམ་རུང་ཞིག་བྱགས་ལ་ཐོགས། རྩེ་བཙུན་ཨ་མ་རྩུ་ཉིའི་  
 རྩང་དུ་འགྲོ་གསུངས་ནས་སྤྱར་སྤངས་པ་དང་། ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱིས་གང་འདོད་  
 རྩེད་དུ་གནང་། དེ་ནས་རྩེ་ཕོང་དང་བཅས་ནགས་སུ་ཐེབས། ཨ་མ་རྩུ་ཉི་པའི་  
 ཞབས་ལ་གཏུགས། དེས་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་དབང་བསྐྱར་ཡང་མཛད། ཇི་  
 ནག་པོའི་གཙུག་ལག་ཁང་དུ་དཔལ་ལྷན་རྒྱ་ལའི་རྩང་དུ་སོང་། དེ་ཡང་སྦྱོན་གྱི་སྒྲ་  
 མཡིན་གསུངས། དེ་ནས་སྒྲ་མ་རྒྱ་ལའི་རྩང་དུ་བྱོན་པ་ན། སྒྲ་མ་རྒྱད་གསུང་  
 གིན་ཡོད་པས་རྒྱར་གཟིགས། ཆོས་འདོད་ནས་འོངས་པ་མཐུན་ཡང་ཐིགས་ར་བྱ་  
 བའི་ཐིར་རྒྱལ་བུའི་སྤྲོད་དུ་ཐོག་ཅིག་ཕབ་པ་ན། ཐོག་དེ་ཟུ་ཉིགས་ནག་པོའི་མཆོད་  
 ཉེན་རི་ལ་སོང་། འཁོར་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་པ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲ་མ་ལ་སུ་ཡིན་ཁྱེས་པས།  
 འདི་སྡེ་བ་ལྷ་བརྒྱ་ལྷ་བཙུ་ཅ་གཉིས་སུ་མཁས་པའི་པཎ་ཆེན་དུ་ལེགས་པར་བརྒྱད་པ།  
 དེང་སང་རྩི་ག་ལར་ཆོས་རྒྱལ་དགེ་བ་དཔལ་གྱིས་སྤྱོད་སྤྱུར་ཀྱང་། རྒྱལ་སྲིད་ལ་མ་  
 ཆགས་པར། དཀའ་བསྐྱོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་འདུག་གསུངས་པས་ཀུན་ངོ་མཆར་



སྒྲིམ་ནས་བཞེངས་ཏེ་བསྐྱབ་བྱས། མཇལ་མ་ཐག ། སྤྲུམ་དམ་པ་གསན་དུ་  
གསོལ། བྱིམ་ནས་བྱང་སྤེལ་ཐར་པ་སྐྱབ་འདོད་ཀྱང་། འདི་ལྟར་གྲགས་པའི་རིགས་  
བརྒྱད་ཐོབ་པ་ཡིས། ། ལྷང་ག་ལ་རུ་ཁོ་བོ་འཆིང་ཉེན་གདལ། ། རྩེ་རྒྱ་རི་དང་བྱང་  
ཆུབ་བཟང་པོ་དང་། ། རིག་པའི་བྱ་བྱག་ཨ་མ་རྩུ་ཏི་པ། ། དངོས་གྲུབ་བརྟེན་པའི་  
སྤྲུམ་བཞེན་གྱུར་ཀྱང་། ། ད་དུང་རྒྱལ་སྤྱིད་གནས་ལས་གྲོལ་མ་གྱུར། ། ད་ནི་སྤྲུམ་  
བྱིད་ཀྱི་དུང་དུ་བཏང་། ། བདག་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དབང་བསྐྱར་གྱིས། །  
ངེས་པར་འཆིང་བ་འདི་ལས་བསྐྱལ་དུ་གསོལ། ། ཞེས་ཞུས་པས་ཉེན་ཞག་བཅུ་  
གསུམ་བར་དུ་དགྲེས་བཞེན་དུ་རྒྱལ་བྱ་གཅིག་པོ་ལ་ཡི་དམ་དགྲེས་པ་རྩི་རྩེའི་དབང་  
བསྐྱར་གདམས་ངག་རྩེས་ཀྱི་བར་དུ་ཆང་བར་གནང་། གསང་མཆོན་ཡེ་ཤེས་གསང་  
བའི་རྩི་རྩེར་བཏགས། དེ་ནས་སྤྲུམ་རྒྱ་རུ་ལས། འཇིག་པའི་གྲུབ་ཐོབ་པོ་མོ་གཅེར་  
བྱ་བརྒྱད་ལ་རྒྱལ་བྱ་འདིའི་ཕྱི་འབང་བྱས་ནས་ལྷན་ལར་སོང་། ཡབ་རྒྱལ་པོའི་  
བསམ་པ་བསྐྱར། རྒྱལ་བྱ་འདི་རྒྱལ་སྤྱིད་སྤོལ་ལ་སྤྲུམ་ཨ་མ་རྩུ་ཏིའི་དུང་དུ་སྤྲུམ་སྤྱོལ་  
གསུངས། རྒྱལ་བྱས་ཀྱང་དེའི་ཆོ་ཏེ་རུ་ཀའི་ཆས་མཛད་ནས་ཐེབས་པས་པོ་བྱང་གི་  
ཉེ་འཁོར་དུ་སྤེབས་པའི་ཆོ། ཀྱན་གྱིས་བལྟས་པས་ངོ་ཡང་ཤེས། འཇིགས་པ་ཡང་  
སྤྲེས་ཟླ་བ་གསུམ་དུ་སྤྱོད་སྤྱོད་བསྐྱངས་བས་རྣལ་འབྱོར་པོ་མོ་རྣམས་མཆོད་ཅིང་  
བརྒྱགས། ཀྱན་གྱིས་རྒྱལ་སྤྱིད་སྤྱོད་བར་ཁ་ཆོན་བཅད། ། ཐམས་ཅད་འཕྲེང་ཞིང་  
རང་སར་མཆོམ་འབྱེན། ། ལྷག་པར་དུ་ཡབ་ཀྱི་ཞལ་ནས། ཨེ་མ་བྱ་ཁྱོད་ལགས་  
པར་བཅས་པའི་ཆོ། ། ཡ་མཆོན་ལྟས་མཐོང་རྒྱལ་སྤྱིད་འཛིན་སྤྲུམ་ནས། ། དགའ་  
བའི་སེམས་ཀྱིས་ཡིད་དབང་སོས་པར་གྱུར། ། ད་ནི་ནགས་ཁྱོད་བཞེན་སྤྱོད་རྩེ་ལྟར་  
ལགས། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྒྱལ་བྱས་དེའི་ལན་དུ། ཅི་གསུང་བདག་གིས་  
རྒྱལ་སྤྱིད་བཟུང་གྱུར་ན། ། ཆོ་འདིར་ཡུང་ཅམ་ཡབ་དང་འགྲོགས་མོད་ཀྱང་། ། སྤྱི་  
བཀའ་ཏན་དུ་པ་བྱར་མི་ཤེས་ཤིང་། ། ཕན་གཞོད་མེད་ན་ཤིན་ཏུ་མཆང་བ་ཡིན། །



བདག་གིས་ཀྱལ་སྲིད་ཆེན་པོར་རབ་སྤངས་ནས། ། དེས་པར་ནམ་གྲོལ་བྱང་ཆུབ་  
 ལམ་སྐབ་ན། ། སྐྱེ་བ་གཏན་དུ་དགའ་བདེ་འགྲོགས་སུ་འོང་། ། དེ་ཕྱིར་བདག་ལ་  
 གོ་སྐབས་སྐུལ་དུ་གསོལ། ། ཞེས་ཞུས་པ་དང་། ཡུམ་གྱི་ཞལ་ནས། ཅི་པན་བྱ་འདི་  
 ཤིན་དུ་འཕྲེང་ན་ཡང་། ། སྐྱེ་དགུ་ཀུན་ལ་ལས་ཀྱི་འཕེན་པ་གཙོ། ། སྐྱེས་མཆོག་  
 གང་དུ་བདེ་བར་ཆོས་ལ་ཐོང་། ། ཕྱིས་ནས་གཏན་དུ་འགྲོགས་པའི་སྒོན་ལམ་འཆོལ།  
 ། ཞེས་གསུངས་ནས་གནང་བ་སྐྱོན། ། དེ་ནས་ཀྱལ་བྱས་ནང་སར་ཐོ་རངས་ནལ་  
 འབྱོར་པོ་མོ་ནམས་དང་ལྷན་ཅིག་ནགས་སྤོད་དུ་སྐྱེ་མ་ཡུལ་སྐྱེ་ཉིད་སར་བྱོན། དེ་དུ་  
 མའི་ཆོས་ནམས་བསྐྱབ། ལས་འབྲས་ཕྱ་ཞིབ་ཀྱང་བསྟན། དགྲུང་ལོ་བཅུ་གཉིས་  
 བས་བཅོ་བརྒྱད་བར་ཡུལ་བ་སྐྱེ་ཉིད་སྤྱོད་པ་བསྐྱངས། མདོར་ན་སྐྱེ་མའི་དུང་དུ་ཐོས་  
 བསམ་སྒོམ་གསུམ་སྟན་ཐོག་གཅིག་དུ་སྐྱབ་པར་མཛད་དེ། བེ་བུམ་སྒོན་པོ་ལས་  
 ཀྱང་། ལོ་བདུན་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་ཡུལ་སྐྱེ། ། ཞེས་གསུངས། ཀྱལ་པོའི་པོ་བྲང་  
 གསེར་གྱི་ཀྱལ་མཆོན་ཅན་ན་མི་བྱིམ་འབྲམ་ཕྱག་གཅིག་དང་། བྱས་གྱི་རྒྱུ་དུ་སྟོང་  
 ཕྱག་ཉི་ཤུ་ཙམ་ལ། སྤྱོད་མོས་ཆལ་བདུན་བརྒྱ་ཉི་ཤུ། ཏ་ལའི་སྒོན་ཤིང་སྟོང་ཕྱག་དང་  
 དུག འབངས་གྱི་སྐྱེ་བོ་སྟོང་ཕྱག་སོ་ལྔ་དང་། ར་བ་རིམ་པ་བདུན་གྱིས་བསྐྱོར་བ།  
 བར་གྱི་བུ་པ་སུམ་བརྒྱ་རེ་གསུམ། གསེར་གྱི་ཀྱལ་མཆོན་སྟོང་ཕྱག་ཉི་ཤུ། དེ་དུས་  
 གྱི་པོ་བྲང་རྒྱ་ཕིབས་བཅུ་གསུམ་པ། ལོངས་སྤྱོད་སྤྱི་རྒྱ་ནག་སྟོང་ཁུན་ཀྱལ་པོ་དང་  
 མཉམ་པ་ཡོད་འདུག སྟོང་ཁུན་ཞེས་པའི་དོན་ཡང་། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཆོན་  
 ལྷན་རྒྱས་པར་གསུངས། དེ་ལྷན་འབྲངས་པའི་ཆེ་ལྷན་བཟང་བ་དང་། འབྲངས་  
 བས་སྐྱེ་བ་བཅོ་བརྒྱད་བཞེས་དུས་ལོ་གསུམ་ལོན་པའི་ཆོད་གྱི་སྐྱེ་ཆད་བསྐྱེད་ཆེ་བ་  
 བཅས་ཐམས་ཅད་གྱི་ལྷན་དུ་ཀྱལ་སྲིད་འཛིན་པར་བསྐྱལ་ཡང་། ཀྱལ་བྱ་རང་ཉིད་  
 གོམ་པའི་སྒོ་སྟོབས་གྱིས། ཀྱལ་སྲིད་མཆོལ་མའི་ཐལ་བ་བཞེན་སྤྱོད་བར་མཛད་པ་  
 བྱི་རང་ཅག་གིས་བྱིམ་རྒྱུང་སྤངས་པ་དང་མི་འདྲ་བས་ཤིན་དུ་བྱ་དགའ་བ་ཞིག་ཡིན་



ཏེ། ལྷུང་ལས། རྗེ་དཔོན་བཟོད་གསལ་ནོར་མེད་སྤྱོན་པ་དང་། བོངས་པར་གྱུར་  
 ཆེ་ཆོས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། ། ནོར་མང་འདོད་པ་དག་ལས་དབེན་བྱེད་པ། ། བཞི་  
 བོ་འདི་དག་ཤིན་ཏུ་བྱ་དཀའ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། ། རྒྱལ་སྤྱི་སྤངས་  
 རས་སྤྱར་ཡང་ཡབ་ཡུམ་དང་འཕད་པ་སོགས་པོ་བྱང་དུ་ནི་མེབས་མ་སྤྱང་བ་རེད།  
 ཡང་དེ་ནས་སྤྱོད་མ་དང་ཡི་དམ་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་དང་ཆེ་ལམ་ཅི་རིགས་པར་རབ་ཏུ་  
 བྱང་ན་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། དེ་དུས་རྗེ་བོ་རང་གི་དགོངས་པ་ལ་ད་ནི་རྣལ་འབྱོར་  
 བའི་ཆ་ལུགས་ཀྱིས་དུར་ཁྲོད་དུ་བསྐྱེད་ལ་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཆོག་སྤྱོད་དགོས་  
 དགོངས་པ་ན། སྤྱོད་མ་རྒྱུ་ལས་མཐོན་ནས་རྒྱ་འབྲུལ་གྱིས་མདུན་དུ་བྱོན་ཏེ་རབ་ཏུ་  
 བྱང་བར་བསྐྱེད། དཔལ་ཏེ་རུ་ཀ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁའ་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་ཀྱང་  
 བསྐྱེད། བདག་ཅག་གི་སྒྲོ་ན་པ་བྱུང་པའི་དབང་པོ་དང་། མགོན་པོ་བྱམས་པས་  
 ཀྱང་མནལ་ལམ་དུ་རབ་ཏུ་བྱང་བར་བསྐྱེད་ཏེ། པལ་ཆེན་སྤེལ་པའི་མཁན་པོ་སྤྱོད་  
 ལམ་བཟོད་པ་བ་ཚུལ་བྱིམས་བསྐྱེད་བ་ཞེས་བྱ་བ་ལས་རབ་ཏུ་བྱང་ཞིང་བསྐྱེད་པར་  
 རྗེ་གསལ་པར་ཡང་མཛད། དེ་ལྟར་དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཙམ་དགྲུ་ལ་རབ་ཏུ་བྱང་། སྤྱོད་  
 བརྒྱ་དང་ལྗེ་བཅུ་ཙམ་བདུན་བསྐྱེད་ནས་རིག་གནས་མཐའ་དག་དང་། མདོ་སྤྲུགས་  
 ཀྱི་གསུང་རབ་གདམས་པ་བཅས་ཐམས་ཅད་ལ་སྤྱངས། ལུ་སྤྲུགས་ཀྱི་སྤྱོད་བ་དཀ་པ་  
 ལན་གསུམ་དུ་ཆར་བཅད། བྱང་པར་དུ་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཞེས་སོགས་  
 ཀྱི་སྐབས་སུ་བྱེ་བྲག་བཤད་མཆོད་ཀྱི་བསྐྱེད་རིམ་འགའ་ཞིག་དུ་བཀའ་བསྐྱེད་གསུམ་པའི་  
 དུས་དགྲུ་བཅོམ་པ་ལྗེ་བརྒྱུས་སྤེལ་གྱི་ཆོག་དོན་སྤྲུགས་གཅིག་དུ་བསྐྱེད་པ་ཞིག་  
 ཡིན་གསུངས་པའང་འདྲག་ཅིང་། ལམ་རིམ་གྱི་མཆན་དུ་དགྲུ་བཅོམ་ཉེར་སྤྲུགས་ཀྱིས་  
 མཛད་པ་བམ་པོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡོད་པར་གསུངས། གང་ལྟར་དེ་ལ་བཤད་པ་རྗེ་གསལ་  
 པར་ཉན་ནས། བཤད་པའི་ཆོས་སྤྱོད་རེ་ཉིན་ལྟར་མ་ཆག་པར་མཛད་ཀྱང་ལོ་བཅུ་  
 གཉིས་ཐོགས་པ་ཡིན་འདྲག ། ཨོ་ཏྲུ་ཤུ་རི་ནི། སྒྲོ་ན་པ་སྤྱོད་པ་ལས་འདས་ནས་



རིང་ཞིག་ན་ལུ་སྟེགས་ཀྱི་རིགས་འཛིན་ཞིག་གིས་རོའི་བསྐྱབ་པ་བྱས་པར་རོ་ལངས་  
 འགྲུབ་ནས་དངོས་གྲུབ་ལེན་མཚམས་སུ། གྲོགས་སློབ་ཉན་པོ་མཚན་ལུན་ཞིག་ཤིན་  
 ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ལ། དེའི་ཆོ་མ་ག་རྒྱའི་དགེ་སློང་གི་ཉེ་གནས་དགེ་ཚུལ་དེ་ལས་གཞན་  
 འོས་མེད་པར་ཤེས་ཏེ་ལུ་སྟེགས་པས་དགེ་སློང་ལ་གསེར་གྱི་མཆོལ་ཕུལ་ནས་ཉེ་གནས་  
 དེ་སྐྱབ་གྲོགས་སུ་བྱས། ལུ་སྟེགས་བས་དགེ་ཚུལ་དེ་ལ་རོ་འདི་འགྲུལ་བ་དང་། ལྷ་  
 བརྒྱུད་ནས་དབྱུགས་ཡོང་། དེ་དུས་འཛིགས་མི་དགོས། ཐབས་གང་དྲག་གིས་  
 ལྷ་བརྒྱུད་ནས་མ་སློང་ཅེས་ཞིབ་ཏུ་བསྐྱབས་པ་བཞིན་རོའི་ལྷ་སོས་བརྒྱུད་སྟེ་བཅད་པ་  
 དང་། ལྷ་དེར་རལ་གྱིར་གྱུར་ཏེ་ནམ་མཁར་བཏེག་པ་ན་རང་ཡང་རི་རབ་ཀྱི་ཅེར་  
 སྒྲིབས་ནས་སུམ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་ལ་སོགས་པའི་ལྷ་གནས་དང་། སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་  
 དང་བཅས་པར་ལྷ་དུ་མོ་ལེགས་པར་བལྟས། སྤྱིར་རལ་གྱི་ལུ་སྟེགས་པ་ལ་གཏད།  
 རོ་གསེར་དུ་གྱུར་པ། དུས་པ་ལ་མ་ཐུག་བར་ཤ་ནས་བཅད་ན་ནང་བྲེགས་ཀྱང་རུབ་  
 གྱི་སྟེ། ཟད་མི་ཤེས་པའི་གཏེར་དུ་གྱུར་པར་ལྷང་བསྟན་ནས་དགེ་ཚུལ་ལ་བྱིན་པས་  
 དགེ་ཚུལ་གྱིས་གསེར་དེ་ལ་བཏེན་ནས་དགེ་སློང་ལྷ་བརྒྱ་ཙམ་གྱི་བཞུགས་གནས་སུ་  
 རོའི་རྒྱལ་པོ་རི་རབ་ལ་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕན་དང་བཅས་པས་བསྐྱོར་ཞིང་། ཉི་ཟླས་  
 བརྒྱན་པ་རང་གིས་མཐོང་བའི་བཀོད་པ་ལྷར་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་དེ་ལ་ཨོ་  
 ཏཱ་ཕུ་རི་ཞེས་གྲགས། ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྤྱིང་ལྷ་བཅན་གྱིས་བསམ་ཡས་བཞེངས་དུས་  
 མཁན་ཆེན་ཞི་བ་འཆོ་སྤྱན་དྲངས་ནས་ས་འདུལ་དང་གཙུག་ལག་ཁང་གི་བཀོད་པ་  
 བྱས་པ་ན། མཁན་པོས་རྒྱ་གར་དུ་ཨོ་ཏཱ་ཕུ་རིའི་གཙུག་ལག་ཁང་ལས་བཀོད་པ་  
 ལེགས་པ་མེད་པས་དེར་དཔེ་བྱེད་པ་ཡིན་གསུངས་ནས་བསམ་ཡས་བཞེངས་པ་ཡིན་  
 འདུག འོ་རྒྱས་འདི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཚན་དང་ཅུང་མི་འདྲ་ཡང་སྟོན་གྱི་དཀར་  
 ཆག་དུ་གསལ་ཞིང་། ལྷག་པར་རང་ཅག་གི་སྤྱི་མ་སློབ་དཔོན་ཡེ་ཤེས་བསྟན་འཛིན་  
 དམ་པའི་གསུང་བཞིན་བྱས་པ་ཡིན་གསུངས། །



## ཉིན་གཉིས་པ།

སྤྱི་བཤད་སྐབས། དཔལ་ལྷན་ཟླ་བ་གྲགས་པའི་ཞལ་ནས། གང་ཆེ་རང་  
དབང་འཇུག་ཅིང་མཐུན་གནས་པ། ། གལ་ཏེ་འདི་བདག་འཛིན་པར་མི་བྱེད་  
ན། ། གཡང་སར་རྩེ་བས་གཞན་དབང་འཇུག་འགྱུར་བ། ། དེ་ལས་བྱིན་ས་གང་  
གིས་སྤོང་བར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ད་རེས་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་  
རང་དབང་ཡོད་ཅིང་། མཐུན་སྦྲེན་ལ་གནས་པའི་སྐབས་འདིར། ཐོག་མར་དགོ་  
བཅུའི་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་ངན་སྤང་གི་གཡང་དུ་མི་རྩེ་བ་ཞིག་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།  
ངན་སྤང་དུ་རྩེ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་འདོན་ཐབས་མེད། སེམས་ཅན་གྱི་ལས་  
དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པ་མཉམ་པ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་སྐད་དོད་ནི་མ་ཞེས་  
པ་འཛིན་པ་ལ་འཇུག དེ་ཡང་གཞི་གྲུབ་ན་ཆོས་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཆོས་དེ་རང་  
རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆན་ཉིད་འཛིན་པ་ཅམ་ལ་བེད། ད་རེས་ཆོས་ངེས་  
པར་བྱེད་དགོས་ཞེས་པའི་ཆོས་དེ་སྤང་དོར་མ་འཇུགས་པར་ཉམས་སྦྱུལ་ན་པ་ལ་བྱེད།  
དེ་ལ་རང་རྒྱད་ལྷན་གྱི་གང་ཟག་ངན་སྤང་ཅམ་ལས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་།  
འཁོར་བ་ལས་འཛིན་པར་བྱེད་པ་དང་། སྤྱི་བཤད་ཀྱི་ལས་འཛིན་པར་བྱེད་  
པའི་སྤྱོད་བྱ་ཆུང་འབྲིང་ཆེ་གསུམ་གྱི་ཆོས་གསུམ་ཡོད་ཚུལ་སོགས་རྒྱས་པར་གསུངས།  
དེ་ཡང་ཁ་འདོན་བྱེད་པ་ཅམ་དང་། མ་ཐོན་བྱེད་པ་ལ་མཁས་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཆོས་བྱེད་  
པ་མི་བེད། རང་རྒྱད་ཀྱི་ཆགས་སྤང་སྤོངས་གསུམ་གྱི་གཉིན་པོར་སྤང་བ་ཞིག་ངེས་  
པར་དགོས། རྩོམ་ཆེན་པོས། གཏི་ལུག་པག་པ་སྤོངས་གྱུར་པས། ། གཙང་མའི་  
ནེའུ་གསིང་གྲོག་པོར་གཏོང་། ། དག་པའི་ཞིང་ལ་ཡིད་མི་ཆགས། ། མ་དག་ཞིང་  
དུ་དགའ་བདེ་སྤྱོད་། ། མི་གཙང་འདམ་ལ་རྟན་སྤྱོད་ཏོག ། ཅེས་སོགས་དང་།



གཞན་ཡང་གཏི་མུག་པག་པ་ཉིད། ། དེས་པར་གསོད་ཀྱང་བདག་པོར་འབྱུལ། །  
 ཅི་ཐར་འབྲོས་པར་མི་ཚོམ་པར། ། སྤང་ཆོལ་སྤྱི་བྱིད་ཞིམ་ཞིམ་ཟ། ། ཞེས་སྐགས་  
 བཀའ་གདམས་སྤྲེགས་བམ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་གཏི་མུག་པག་དང་འདྲ་སྟེ། པག་  
 གིས་ནེའུ་གསིང་གཙང་མ་རྣམས་སྤྲེགས་བྱས་ནས་གྲོག་པོར་གཏོང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་རྣམས་ཀྱང་ལས་འབྲས་ལ་རྫོངས་ན་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ས་གཞི་གཙང་མ་  
 ནེའུ་གསིང་དང་འདྲ་བ་དེ་ཉེས་སྤྱིད་ཀྱི་སྤྲེགས་བྱས་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་རྩ་ཤིང་གང་ཡང་  
 མི་སྤྱི་བའི་གྲོག་པོ་ལྟ་བུར་གཏོང་། གཞན་ཡང་པག་མི་གཙང་བའི་འདམ་སྤྱིད་ལ་  
 དགའ་བ་ལྟར། མི་གཏི་མུག་ཅན་རྣམས་དག་ཞིང་ལྟ་བུའི་གདན་ས་བྱུང་པར་ཅན་  
 འདི་རྣམས་ལ་ཡིད་མི་ཆགས་པར་བྲིམ་གྲོང་དུ་ཆོང་ཁེ་དང་ཞིང་ལས་སྐགས་ལས་  
 དམན་པ་རྣམས་ལ་ཡིད་དགའ་བར་བྱེད། གཞན་ཡང་པག་རྣམས་བདག་པོས་སྤང་  
 ཆོལ་བྱིན་ནས་མཐར་སྤྲོག་དང་འབྲལ་བའི་སྤྱི་བྱིད་བྱེད་ཀྱང་། མི་ཤེས་པའི་དབང་  
 གིས་པན་འདོགས་པའི་བདག་པོར་འབྱུལ་ནས་དེ་ལས་ཅི་ཐར་མི་བྱེད་པར་སྤང་ཆོལ་  
 ལ་ཞིམ་ཞིམ་དུ་བབྱུང་། སྤྱི་བྱིད་ལ་དངོས་གནས་སུ་བབྱུང་སྟེ་དང་དུ་སྤངས་བས་  
 ལེགས་པར་གསོས་བ་ན་གསོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སྤྲོབ་གཉེར་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་  
 འགའ་ཞིག་ནས་ཟས་གོས་ཕུན་བྱ་རེ་བྱིན། དེ་ནས་སྤྱིང་ཉེ་རུ་བཏང་ནས་དེ་ལ་གྲོས་  
 གྲིས་པ་ན་དེས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་མཐུན་ཁྱེན་ཡིན་པས་ཅེས་གསོག་དགོས་ཚུལ་སྐགས་ཁ་  
 འཇམ་གྱིས་སྤྲེགས་ནས་མཐར་སྤྲོབ་གཉེར་པར་བཞག་གྱ་པའི་གངས་སུ་ཡང་མེད་པ་  
 ཞིག་བཟོས་ཅན་བདེ་ལེགས་ཀྱི་སྤྲོག་དང་བྲལ་བ་ཡིན། གཏི་མུག་དེའི་སྤྲོན་པོ་དྲག་  
 ཤོས་འདོད་ཆགས་ཡིན་པས་ཆགས་སྤང་རྫོངས་གསུམ་འདིས་རང་ཅག་ལ་ཉག་ཏུ་  
 གནོད་ཚུལ་བསམས་ཏེ་ད་ལྟ་ནས་དགྲར་བལྟ་ཤེས་པ་ཞིག་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་  
 གསུངས། དེ་ནས་དངོས་གཞིའི་ལྷགས་བཤད་ཀྱི་སྤྲོས། སྤྱིར་རྒྱལ་བའི་ལུང་གི་  
 བལྟན་པ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་དུ་འདུ་བས་ཞེས་སྐགས་ཀྱིས་སྐབས།



རྒྱུད་མེ་བཞི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱས་པ་མདོ་སྡེ་མེ་སྡེ་དུ་འདུ་བ་ཡིན། རྒྱལ་ཁྲིམས་གཡག་  
 ར་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་མཛད་ཅིང་། ཞེས་པའི་གཡག་དེ་ར་ཅིད་ལ་ཤིན་ཏུ་ཆགས་པའི་  
 གངས་གཡག་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་འདུག་པས་དེ་ལ་བེར་བ་ཡིན་ཞེས་རྩ་སྤྱིང་རྩོམ་རྩོམ་  
 འཆང་ནས་གསུངས། ཡང་བྱམས་པ་དང་སྤྱིང་རྩོམ་རྩོམ་ཅེས་ཅ་བ་ཅན་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་སྤྱིང་བའི་གདམས་པ་མང་པོ་དང་། བྱང་པར་དུ་གསེར་སྤྱིང་པ་བཞེན་ནས་  
 ཞེས་སོགས་གྱིས་སྒྲུབས། གདམས་པ་མང་པོ་ནི། སྤྱིང་བྱམས་པའི་ནལ་འབྱོར་  
 དང་། རྒྱལ་རྒྱུ་ཉ་ལ་སོགས་པ་ལས་དངོས་སུ་གསན་པའི་ཐོག་ཆེན་སྒྲོ་སྤྱིང་གི་  
 གདམས་པ་དགྱེར་སྒྲོ་རྩོམ་རྩོམ་ཅེས་སྤྱིང་དང་། མཆོན་ཆ་འཁོར་ལོ། ར་བྱ་དུག་འཛམས་  
 སོགས་ད་ལྟ་སྤྱིང་བརྒྱ་ཅའི་གས་སུ་བཞུགས་པ་རྒྱམས་ཡིན་པས་སྤྱིང་མང་པོ་ལས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་སྤྱིང་གི་གདམས་པ་གསན་པ་ཅམ་འདྲ་ཡང་གསེར་སྤྱིང་པ་ནས་  
 བརྒྱད་པ་ལ་གཙོ་བོར་མཛད་པ་ནི་སྤྱིང་སྤྱིགས་གྱི་བརྒྱད་པ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་  
 དང་། བརྒྱད་བྱ་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པ་དང་། བདག་པམ་གཞན་གཅེས་གྱི་རྟོགས་པ་  
 བྱང་པར་ཅན་དངོས་སུ་བྱགས་ལ་འབྲུངས་པ་བཅས་བྱང་ཆོས་གསུམ་གྱི་གདམས་པ་  
 འདི་ལ་མཆོག་དུ་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་རྩོམ་བོས་གསེར་སྤྱིང་པའི་མཆོན་  
 དང་དོན་མཐུན་གྱི་སྤྱིན་པ་གསན་པ་ཅམ་གྱིས། ཆོང་པ་དང་རང་གི་བྱ་སྤྱིང་མང་པོ་  
 བཞེབས་ནས་རྒྱ་མཆོ་ཆེན་པོར་གྱུ་གཟིངས་དང་བཅས་གསེར་སྤྱིང་དུ་ཟླ་བ་བཅུ་  
 གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ཐེབས། དེར་ཡང་དབང་ལྷུག་ཆེན་པོ་སོགས་མི་མ་ཡིན་ནག་  
 སྤྱིགས་པ་རྒྱམས་གྱིས་རྒྱ་སྤྱིན་ཉ་མིད་དུ་སྤྱིང་ཉེ་མདུན་ནས་བཀག་པ་དང་། ཐོག་  
 འབེབས་པ་དང་། མི་མཐུན་པའི་རྒྱུང་ཆེན་ལྷང་བ་སོགས་ལྷས་སྤྱིག་ལ་རྩོམ་བའི་  
 འཛིགས་པ་ཆེན་པོས་ཞག་ཉི་ཤུ་ཅ་གཅིག་དུ་གྱུ་གཟིངས་ཡང་གཏོང་མ་ཐུབ་པར་ལྷས་  
 པ་བྱང་ཡང་། བྱམས་སྤྱིང་རྩོམ་བྱང་ཆུབ་གྱིས་སེམས་གྱི་བྱགས་དམ་བཅན་པོས་ཆོ་  
 འཕུལ་འདི་དང་གཞན་ཡང་བཞེན་འགྱོར་གཞོད་པའི་སྤྱིགས་གྱི་གྲོང་བྱིར་འཁོར་



བཅས་ཏུ་འཕུལ་གྱིས་པམ་པར་མཛད་པ་སོགས་དཀའ་སྤྱད་ཆེན་པོ་མཛད། སྤྲུལ་གསེར་གླིང་པ་འཁོར་རབ་བྱང་ལྷ་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ཙུ་གཉིས་ཀྱིས་སེར་གླིང་བྱས་ཏེ་བསྐྱབ་པ་མཛད། མཛལ་མཆམས་སྤྱོད་ཐོས་རིན་པོ་ཆེའི་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེ་ལྷ་ཆོགས་ཀྱིས་བཀའ་བ་ཞིག་ཕྱག་ཉིན་དུ་ཕུལ། དེ་ནས་གསེར་གླིང་དུ་སྤྲུལ་འོ་གཟིམས་ཁང་པོ་བྱང་དངུལ་གདུགས་ཅན་གྱི་ནང་དུ་བྱོན། དེར་སྤྲུལ་གསེར་གླིང་པས་ཀྱང་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བས་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མར་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱན་མན་ངག་དང་བཅས་པ་ཆོས་ཐུན་བཅོམ་ཅམ་གྱིས་ལེགས་པར་དཀྱོལ་ནས་བཤད་པར་མཛད། དཔོན་སྒྲོལ་ཤིན་ཏུ་ཕྱགས་དག་པར་གྱུར་ནས་དབུ་ཕྲས་སྤྲེལ་ཏེ་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཅམ་གྱི་རིང་ལ་མན་ངག་ཁོལ་དུ་ཕྱུང་བ་ཅམ་མིན་པའི་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་ལ་བརྒྱད་པའི་ཡུམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་སྤྲས་དོན་ཡོངས་སྤྱོད་གས་པ་དང་། འཇམ་དབྱངས་ནས་ཞི་བ་ལྷ་ལ་བརྒྱད་པའི་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་སྦྱང་གི་གདམས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལ་གསན་བསམ་སྒྲུབ་པ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཛད་དེ། སྤྲུལ་འོ་ཞབས་དྲུང་དུ་བདག་གཞན་བརྗེ་བའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་མ་མ་ཡིན་པ་ཕྱགས་ལ་འབྲངས། སྤྲུལ་མས་ཀྱང་བཞུན་པའི་བདག་པོར་མངའ་གསོལ། ལྷ་ཅིག་འདི་རུ་མ་བཞུགས་བྱང་དུ་བྱོན། ། བྱང་ཕྱོགས་ཁ་བ་ཅན་གྱི་ཡུལ་དུ་བྱོན། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་བོད་དུ་བྱོན་ནས་གདུལ་བྱ་སྦྱང་བར་ལུང་བཞུན། གཞན་ཡང་རྩོམ་དབུ་མའི་ལྷ་བ་འཛིན་པའི་གསུང་གླིང་ཞུས་པ་ན་སྤྲུལ་གསེར་གླིང་པའི་ཞལ་ནས། བྱ་ཁྱུང་ཆེན་པོ་ནམ་མཁའི་མཐའ་གཅོད་ཀྱང་། རྒྱ་འབྲས་ས་ཡི་སྤྲོད་དུ་རྩི་བ་ཡིན། ། གནས་ལྷགས་ནམ་མཁའ་ལྷ་བྱར་དག་སྤྲོད་ཀྱང་། ། ལས་འབྲས་འདི་ལ་གཅེས་སྤྲས་བྱ་འཆལ་ལོ། ། ལན་ཅིག་རྩོམ་མཆོད་པ་བཤམས་གྱུར་ཏེ། ། ཡན་ལག་བདུན་པ་རྒྱས་པར་ཕུལ་བ་ན། ། སྤྲུལ་འོ་ཞལ་ནས་ལེགས་སོ་འདི་ལྷ་ར་ལེགས། ། ཇི་སྤྲོད་བཅོན་ས་ཟིན་པར་མ་གྱུར་པར། ། འདི་ལྷ་ར་དད་གུས་ཆེན་པོས་ཆོགས་གསག་ཅིང་། ། དགོ་



རྟོག་ལས་ལ་འཇུག་སྟོག་བྱ་འཆལ་ལོ། ། གཞན་ཡང་རྩི་བོས་ཐབས་ལ་མཁས་པ་  
 ཡི། ། མདོ་དང་བསྟན་ཅིང་གནས་ལུགས་ཁྱེས་པ་ན། ། དེ་ལྟར་བདེན་མོད་འོན་  
 ཀྱང་སྒྲིང་རྩི་བོ། ། ད་དུང་སྒྲིང་པའི་སྟོང་ཁམས་ཆེས་ཀྱུར་ན། ། སྤྱི་བ་ལས་ལ་  
 བསྟར་པ་བཏབ་པ་སྟི། ། ཅེས་གསུངས་ནས། ལྟ་བུ་རྩི་ལྟར་མཐོ་ཡང་སྟོང་པ་  
 ལས་འབྲས་ལ་འཛེམས་པ་སོགས་རྣམ་ཐར་གཙང་མ་རྣམས་དང་། བྱས་ཆོག་དང་  
 རུས་ཆོག་སོགས་གདུལ་བྱ་རྩིས་སུ་འཛིན་པའི་མན་ངག་སྤྱི་ཆོགས་རྣམས་ཀྱང་ཞིབ་  
 ཏུ་བསྟེན་པར་མཛད། དེ་ནས་རྩི་བོ་དབྱས་སུ་ཐེབས་ནས་རྩི་རྩི་གདན་དུ་བཞུགས་  
 དུས། རྒྱལ་པོ་མདུ་པ་ལས་བྱི་ཀ་མ་ལ་ཤྱི་ལར་སྟུན་དངས་དེར་བཞུགས་སུ་གསོལ་བ་  
 ཡིན་འདུག་གསུངས། ཡང་རྩི་མ་པ་གསུམ་གྱི་ཚུལ་བྱིས་པ་གྱི་བསྟེན་པ་རྣམས་ཁས་  
 ལེན་པ་ལ་དཔའ་བ་ཙམ་མིན་པར་ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ་རྩི་བོས་བོད་དུ་ཐེབས་  
 པའི་ལམ་ཁར་ཡང་ཉེས་ལྟར་སྤྱོད་མོ་རེས་གོས་པ་ལྟར་སྟི་ནའང་། བྱ་བ་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་གྱི་འཕྲོ་བཤེལ་ནས་འབྲལ་སྤངས་མཆོད་ཉེན་གྱི་དུང་དུ་རྩི་མ་གསུམ་རང་  
 རང་གི་ཕྱིར་བཅོས་གྱི་ཆོ་གས་དག་པར་མཛད་དེ། ཉེས་ལྟར་དང་ཞག་དུ་མི་  
 འཁྲོགས་པ་ཡིན་འདུག དེ་ཡང་འདིའི་ཐད་གྱི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རྣམ་པར་  
 ཐར་པ་འདི་ནི་གསུང་རབ་གྱི་གནད་ཤེས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་དགའ་བ་བསྟེན་པའི་  
 རྣམ་པར་ཐར་པར་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དམ་པ་རྣམས་གྱི་རྩིས་སུ་བསྟེན་པར་བྱའོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རང་ཅག་ཀྱང་རྩི་བོའི་མཛད་སྟོལ་སྟི་དང་། བྱད་པར་དུ་རྩི་མ་  
 གསུམ་རྣམ་པར་དག་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པ་འདི་ལྟ་བུ་ཐོས་པས་ཡིད་འཕྲོགས་ཏེ།  
 རྩི་བོ་ལ་དད་པ་དང་། རྩི་བོའི་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་དང་། འདི་ཁོ་ནའི་རྩིས་སུ་  
 འབྲང་དགོས་གྱི་སྟུན་པོ་མཁྱེན་པ་ཅམ་གྱི་རང་གཞན་བསྟུ་བའི་རྣམ་ཐར་ལ་ཡིད་བཟན་  
 དུ་མི་རུང་ཚུལ་རྒྱས་པར་གསུངས། ཡང་ཉིང་ངེ་འཛིན་དང་། ཤེས་རབ་གྱི་བསྟེན་  
 པ་དང་ལྟན་ཚུལ་སྐབས། སྟུན་མོང་བ་དང་། སྟུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དོན་ནི་གསང་



རྒྱལ་སྤྱོད་དང་ཐུན་མཛེས་བ་དང་ཐུན་མཛེས་མ་ཡིན་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། རྒྱལ་  
 པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་ཕྱོགས་རིས་མེད་པར་གཙུག་གི་རྒྱན་དུ་འཛིན་ཏེ་ཞེས་པའི་  
 སྐབས། རྩོམ་པ་ཉིད་པལ་ཆེན་ལྷེ་བའི་ལུགས་གཙོ་བོར་མཛད་ཀྱང་རྒྱལ་པ་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཁས་པ་དང་། བྱད་པར་དུ་ཀྱན་ལ་ཆགས་སྤང་གི་ཉེ་དེང་  
 མེད་པར་ཐུགས་རྗེ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་རང་དབང་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 རྩོམ་པ་ཤིན་ཏུ་འདུད་པ་ཡིན་འདུག་གསུངས། བོད་དུ་མཛད་ཚུལ་ནི་ཞེས་སྐགས་  
 ཀྱི་སྐབས་སུ་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་སྤྱོད་མ་ཡེ་ཤེས་འོད་ཀྱིས་ཡབ་མེས་ཀྱི་ཆོས་སྲོལ་ལ་ཆེར་  
 དད་དེ་དམ་ཆོས་མཐའ་དག་ལ་གཟིགས་པས་རྒྱལ་སྤྱོད་པར་ཕྱིན་གཉིས་འགལ་བ་  
 ལྟར་གཟིགས། དེ་དུས་བོད་ཀྱི་ལག་ལེན་རྣམས་ཀྱང་མདོ་རྒྱལ་སྤྱོད་པར་འགལ་  
 དུ་གྱུར་པ་ལ་ཐུགས་མ་བདེ་ནས་ཐེ་ཆོམ་བསལ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཆོས་འཆོལ་བ་དང་།  
 བོད་ལ་ཕན་ཐོགས་པའི་པཱི་ཏ་ལྷན་འདྲེན་བར་བོད་ལུགས་རིག་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕྱ་ཚ་  
 གཅིག་རྒྱ་གར་དུ་བཏང་བས་གཞན་རྣམས་ཆད་པས་ཤི། ལོ་ཆེན་རིན་བཟང་དང་།  
 ལོ་ཆུང་ལེགས་ཤེ་གཉིས་ཀྱིས་ཆོས་མཁས་པར་མཐུན། རྩོམ་པ་ཤིན་ཏུ་འདྲེན་ནི་ལྷ་མ་  
 ལུས། སྤྱོད་བོད་དུ་ཕྱོན་ནས་རྒྱ་གར་གྱི་མཁས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཛད་སྤྱོད་དང་  
 བཞེད་པ་མདོ་རྒྱལ་སྤྱོད་པར་འགལ་མེད་ཚུལ་རྒྱལ་པོའི་སྤྱན་དུ་གསོལ། བོད་ལ་  
 ཕན་ཐོགས་པའི་པཱི་ཏ་གཞན་ནི་མི་འདུག ། བྱི་ཀ་མ་ལ་ཤེ་ལར་རྒྱལ་རིགས་ལས་  
 ཐར་པར་གཤེགས་པ་དཔལ་མར་མེ་མཛད་ཡེ་ཤེས་བྱ་བ་བཞུགས། དེ་སྤྱན་འདྲོངས་  
 བོད་ལ་ངེས་པར་ཕན་ཐོགས་ཞེས་པཱི་ཏ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པར་སྤྱོད་ལུས་པས་  
 རྒྱལ་པོའི་ཐེ་ཆོམ་ཡང་ཆད། བྱད་པར་རྩོམ་པོའི་མཆན་ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཚུགས་  
 པའི་དད་པ་ལུགས་དྲག་སྤྱོད་ནས་རྒྱ་བཙོན་སེང་འཁོར་བརྒྱད་དང་བཅས་གསེར་  
 མང་དུ་བསྐྱར་ནས་རྩོམ་པ་ཤིན་ཏུ་འདྲེན་པ་ལ་བཏང་བས་སྤྱན་མ་འདྲོངས། དེ་ནས་  
 ཆོས་རྒྱལ་རང་པཱི་ཏ་སྤྱན་འདྲེན་པའི་ཆུབ་གསེར་འཆོལ་དུ་ཕྱོན་པ་ཡིན་ཡང་ཟེར།



རྒྱལ་པོ་རང་རྒྱ་གར་དུ་ཆོ་བོ་བྱུང་ན་རབ། དེ་མིན་ཆོ་བོའི་འོག་ནས་འགང་ཆེ་བ་ཞིག་  
 སྤྱན་འདྲེན་པ་ལ་བྱོན་ཡང་ཟེར་པའི་བཤད་སྒྲུབ་འདྲ་མིན་གཉིས་འདུག་ཀྱང་།  
 གསེར་འཆོལ་དུ་བྱོན་པ་ཁྲུང་དག་སྟེ། འབྲོམ་གྱིས་མཛད་པའི་ཆོ་བོའི་ནམ་ཐར་  
 ལམ་ཡིག་ལས། དེང་སང་དུས་ཀྱང་མགོན་པོ་སྤྱན་དྲངས་ཕྱིར། ། རྒྱལ་པོས་གར་  
 འོག་བྱོན་ནས་གསེར་བཅའ་བས། ། ལུ་སྟེགས་ངན་པའི་རྒྱལ་པོས་ཆོས་རྒྱལ་  
 བཟུང་། ། ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོར་སྤང་ཞེས་གནག་པ་བྱས། ། ཞེས་གསུངས། གང་  
 ལྟར་གར་འོག་གི་རྒྱལ་པོས་བསྟན་པ་ལ་བྱ་བ་བྱེད་པའི་ཆོས་རྒྱལ་དུ་ཤེས་ནས་ཆོས་མི་  
 གཏོང་ན་སྒྲིག་མི་གཏོང་བར་བྱས་ཏེ་སྤྱུ་ལུས་དར་གྱིས་གཙུག་ནས་བསྐྱམས། བཅོན་  
 དུ་བཟུང་བ་ན་ལྷ་བཙུན་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་ཁྲུ་བོ་བཅོན་ནས་འདོན་ཐབས་སུ་ཕེབས་  
 པ་དང་གར་འོག་གི་རྒྱལ་པོས་བྱེད་རང་པའི་ཏ་གདན་འདྲེན་པའི་འབྲོ་བཤོལ་ལ་བྱེད་  
 རང་ངའི་འོག་དུ་ཞུགས། ཡང་ན་གསེར་རྒྱལ་པོ་དང་མཉམ་པ་བྱིར་ལ་ཤོག ། དེ་  
 ནས་རྒྱལ་པོ་བཏང་གིས་ཟེར་བ་ལ། གསེར་གཏོད་པ་འདམས་ནས་གསེར་སྤང་བརྒྱ་  
 ཐམ་པ་བྱིར་ཏེ་རྒྱལ་པོ་སྤྱུས་པས་ཀྱང་ཁོ་མ་ཉན། ལུས་དང་མཉམ་པ་ཅམ་བྱིར་ནས་  
 སྤྱུས་པས་ཀྱང་མགོ་བོ་ཆང་བ་དགོས་ཟེར་ནས་ཁོ་མ་ཉན། དེ་ནས་ཐབས་གཞན་མ་  
 བྱུང་བར་རྒྱལ་པོ་གང་དུ་བཙུག་པའི་བཅོན་གྱི་སྒྲི་དྲུང་དུ་བྱོན། ཁྲུ་བོ་ལ་བོས་ཏེ་  
 བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་སྤྲོན་གྱི་ལས་ཐོག་དུ་བབས་པ་ཡིན་པས། ངས་ཁོ་ལ་དམག་རྒྱབ་  
 ནས་བསྒྲུག་ན་ནི། སྤྱི་བོ་ཆེན་པོ་ཆེ་ཡུང་ལ་བཏང་ནས་ངན་སོང་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་  
 སྤང་། པའི་ཏ་གདན་མ་འདྲེན་པར་བྱེད་རང་ངའི་ཏ་འོག་དུ་ཞུགས་ཟེར་བ་ལ་ནི་  
 ཆོས་སྤྱོད་བཏང་ནས་ཕྱི་རྒྱལ་གྱི་འོག་དུ་ཞུགས་པ་ལས། བྱེད་ཆོས་ལྷན་དུ་སྤྱུ་  
 གཤེགས་པ་འང་དྲག་སྟམ་དུ་བསམ། དེ་ནས་གསེར་བྱེད་རང་ཅམ་པ་ཞིག་དགོས་  
 ཟེར་བ་ལ། གསེར་བཅའ་བས་བྱེད་གྱི་སྤྱུ་ལུས་ཅམ་དང་མཉམ་པ་ཞིག་རྟེན། དེ་ལ་  
 ཡང་ཁོ་མ་ཉན་པས། ད་ངས་དཔུ་ཅམ་གཅིག་རྟེན་དང་སྤྱུ་རུ་ཡོང་གི་དེ་བར་ལ་



21



རྫོགས་པར་བྱ་བ་དང་། བོད་འདིར་ཡང་ཨ་ཅ་ཏུ་དམར་པོ་དང་། པརྟེ་ཏར་གྲགས་  
 པ་ཤམ་ཐབས་སྒྲིན་པོ་ཅན་དང་། ཡར་ཆོ་བརྟེ་བཙོ་བརྟེད་སྒྲིན་གྱིས་གསང་  
 སྒྲགས་ལ་སྟོད་པའི་ཕྱིང་ཆོས་མང་དུ་བྱུང་བ་ནམས་ཐབས་གྱིས་བརྟེད་པའི་བྱིར་དུ་རྫོ་  
 བོ་སྒྲིན་འདྲེན་པའི་བང་མི་སྤྲོས་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་ཏུ་བ་དང་མོ་ཕྱིས་ཅི་  
 མཛད་ཀྱང་ནག་ཆོ་ལོ་རྩལ་བབས། དེ་དུས་ལོ་རྩལ་བ་གྲུང་ཐང་གསེར་གྱི་ལྷ་ཁང་ན་  
 ལྟན་ལ་སློབ་པ་ལྟེ་བཞུགས་ཐུས་ནས་རྒྱལ་པོས་མངའ་རིས་སྤྲུའབྱིད། ལྷ་བཙུན་  
 རང་གི་བཞུགས་གདན་གྱི་གྲུང་ལ་ལོ་རྩལ་བ་བཞག་ནས་བསྟེན་བཀྱར། བཤམ་བཙུན་  
 བཟང་གསུམ་གྱི་ཆེ་བསྟོད་མཛད་ནས་པ་མེས་གྱི་རྒྱལ་སྟོན་གོང་མ་ནམས་གྱིས་སངས་  
 རྒྱས་གྱི་བསྟན་པའི་དབུ་བརྟེས། སྤྱོད་གཏོད་དར་ཞིང་རྒྱས་པར་མཛད་པ་ཡིན་པ་  
 ལ། དུས་དང་སངས་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ཉམས་སྦྱང། བདུད་རིགས་གྱི་སེམས་  
 ཅན་ཁ་རྒྱལ། བཤམ་པ་ཐམས་ཅད་གཤེགས་ནས་ཤེས་པ་རྒྱུ་བར་བྱུང་བས། དེད་  
 སྤྲུང་བོན་གཉིས་གྱིས་མི་དང་གསེར་མང་པོ་རྒྱ་གར་དུ་བཏང་ཡང་། མི་ཤི་ནོར་གྲོན་  
 ཆེ་བ་ལས་རྫོ་བོ་གདན་མ་འདྲོངས། དེ་ལ་ཡང་སློབ་མ་བསད་པར་ལྷ་ཆེན་པོ་དེས་  
 གསེར་འཆོལ་དུ་བྱོན་པས་རྒྱལ་པོ་ངན་པས་བཙོན་དུ་བཟུང་སྐྱོ་སྒྲིག་ཀྱང་སློབ་བཏང་།  
 དེ་ལྟར་དེད་བོད་མཐའ་འཁོབ་གྱི་སེམས་ཅན་མ་རིག་པ་ནམས་གྱི་སྟོང་སྟོབས་ཀྱང་དེ་  
 འདྲ་ན། བྱིད་འགྲོ་བའི་སྐྱབས་གནས་སྤྲགས་རྗེ་ཅན་ཅི་ཚུགས་ཅིང་ཞེས་འུ་སྤྲག་གིས་  
 རྒྱས་ཤིག ། ད་འདི་ན་གསེར་སྤང་བདུན་བརྒྱ་ཡོད་དེ། འདི་པར་བྱིར་ལ་སློབ་མའི་  
 སྤྲག་ཏུ་སྤྲུལ། དེད་བོད་ཤེ་ཏ་ཕུ་རིའི་གོང་བྱིར་ལྷ་བྱུན། གསེར་ལྷག་ཤིག་ཅམ་པ་  
 རེ་ལའང་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཡིན་པ་ལ། ད་འདིས་བོད་ཀྱི་མི་ནོར་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་ནས་འདུག་ལགས་གྱི། ད་རེས་འདི་ལ་མགོན་པོ་བོད་དུ་མ་  
 བྱོན་ན་བྱིད་དམ་པ་ནམས་གྱིས་སྤྲགས་རྗེ་ཡང་དེ་ལྟར་བཟང་པས། དེད་ཀྱང་བྱ་བ་ཅི་  
 བདེར་སྤྲུད་པར་བགྱེད་ཞེས་བྱིད་འདུལ་བ་འཛིན་པས་ལོ་རྒྱས་འདི་ནམས་རྫོ་བོ་ལ་



དངོས་སུ་ཁྱུས་པའི་མཐུག་ཐ་མ་ལ་འབྱོན་པ་མ་བཞིན་ནའང་སྒྲན་དུ་ཐེབས་པ་ཞིག་  
 དེས་པར་མཛོད་གསུངས་ནས། སྒྲན་ཆབ་ཀྱིས་པང་ཁེབས་དང་ཚྭ་གཙུག་ཅེ་བངས་ཅམ་  
 དུ་བཤུམས་པ་ན། བྱ་ཆོ་ལོ་ཚྭ་བ་ཚུལ་བྱིམས་རྒྱལ་བ་རང་ཡང་སྤར་ས་མཐའ་མང་  
 སོ་བཞོད་མ་སྤྱོད་བ་དང་བཅས་ཐེབས་སྒྲམ་པ་ཆེར་མེད་ཀྱང་ཡིན་མིན་གྱི་ཆོག་ཟུར་  
 ཅམ་ཡང་ཁྱུ་མ་རུས། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁ་དག་ལ་ཡང་། དུ་བའི་ཁ་ལ་བལྟས་ན་དུ་གྲོ་  
 ཟེར་བ་ལྟར། ལྟ་བུར་པའི་གསུང་དེ་རྣམས་ཤིན་དུ་བདེན་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་འོད་  
 དེ་མ་མཇལ་ཡང་རྣམ་པ་དྲན་པ་དང་། ཁོང་ཁྱེད་ཐོན་གྱི་མི་ནོར་མང་སོ་བཅད་པ་དེ་  
 རྒྱས་ཡོད་པ་དང་། ཐོད་གྱི་དོན་དུ་ཁྱེད་ཐོན་གཉིས་སྤྱག་ཆེས་པ་དང་། རང་རེ་  
 རྣམས་སྦྱིད་ཆེས་པ་དང་། ལྟ་བུར་མི་ཆེན་གཅིག་གིས་བཤུམས་ཤིང་གསུང་བྱོན་  
 པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ལུས་འདར། གདོང་མཆི་མས་གང་སྟེ་ལྟ་བུར་པའི་ཞལ་ལ་ཡང་  
 བལྟ་མ་རུས་པར་ལུས་སྤྱོད་གི་དཀའ་ཆོག་དང་། ཆོ་འདིའི་བདེ་སྦྱིད་གང་ལ་ཡང་མ་  
 ཆགས་པར། ལན་དུ་འོ་ལགས་ཀྱིས་བྱས་ནས་དཔོན་གཡོག་བདུན་གྱིས་གསེར་སྤང་  
 བདུན་བརྒྱ་འཁྱར་ཏེ་རྒྱ་གར་གྱི་ལམ་ལ་ཁྱགས། ལྟ་བུར་པས་ཀྱང་ཐག་རིང་སོར་  
 སྦྱོལ་བྱང་མཛད་དེ་དག་སྤྱོད་ཀྱིས་ངའི་སྤྱོད་ཀྱི་བྱ་བ་བྱས། ད་ལན་དཀའ་བ་  
 ཆེན་འང་པར་བྱོན་ལ་འབད་ཚུལ་ཆེན་པོས་ལུས་དང་སྤྱོད་ལ་བསྡེས། འཁོར་ནས་  
 བྱས་ཤེས་དྲིན་དུ་བཟོ་བར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ནས། རྒྱང་ཅམ་སྤེལ་པ་ན་སྤར་ཡང་  
 སྤང་བཏང་ནས། རྩོ་བོ་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་གཤེགས་པར་  
 ཁྱུ་གསུངས། དེ་ནས་ནག་ཆོ་ལོ་ཚྭ་བ་འཁོར་བཅས་རྣམས་བལ་སོ་རྩོང་ལ་ཐེབས་ཅ་  
 བ་མི་རེང་གཅིག་དང་སྤང་པས། རྩོད་ཡུལ་ས་ཐག་རིང་སོར་དོན་ཆེན་པོར་འགྲོ་  
 བར་སྤང་བས། འདི་སྤང་བེར་ཞིང་སོང་དང་། དོན་གྲུབ་ནས་འོང་གི། དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ། ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས་སུ་དུས་གསུམ་གྱི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་དམ་པའི་ཆོས་འཕེལ་བར་གྱུར་ཅིག ། ཅས་བེར་ཞིང་སོང་



དང་། ལམ་དུ་ཉེ་ཞི་མི་འབྱུང་བ་ཡིན་གྱིས་ཟེར་བ་ལ། བྱིད་སྤྱུ་ལགས་བྱས་པས།  
 རིམ་གྱིས་ཤེས་པར་འགྱུར་ཟེར། དེ་ལྟར་ན་གཞི་དཔོན་གཡོག་རྣམས་ལ་ལམ་བར་  
 གྱི་འཇིགས་པ་མང་དུ་བྱུང་བ་རྣམས་འབྲོམ་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱུ་པའི་རྣམ་པ་མང་པོས་  
 བསལ་ཏེ་རིམ་གྱིས་བྱི་ཀ་མ་ལ་ཤེལ་འི་སྒྲིལ་འོག་དུ་བྱོན། དེར་སྐྱབ་བཙོན་སེང་གེས་  
 བོད་ཀྱི་སྐད་གྱིས་སྒྲིལ་སྒྲིལ་ཐོག་ཁྲུང་གཅིག་ན་མར་བོད་ཀྱི་ཆོད་རང་ལྡན་པ་ཀྱན་གང་  
 རས་བྱོན་ཟེར། དེད་མངའ་རིས་སྟོད་ནས་འོངས་པ་ཡིན་བྱས་པས། དེ་ན་སྒྲི་  
 བསྐྱུང་བྱིས་པ་གཅིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བྱིད་རང་གི་འབྲང་ཆས་ཀྱན་འཆོལ་ལ་སྦྱིབས་  
 གཅིག་དུ་འབོལ་ལེ་གཟིམ་ལ་བཞུགས་སྐྱུ་རེངས་གཉིས་པའི་འཇུག་ཅམ་ལ་སྒྲིལ་བྱེད་  
 པ་ཡོང་གསུངས། དེ་ནས་སྒྲི་བསྐྱུང་བྱིས་པ་དེ་ལ་གསེར་རྣམས་བཙོལ་བས་དེས་  
 གསེར་རྣམས་ཕྱག་གཅིག་དུ་བཞག་ནས། སློབ་གྲྭ་ད་ཕྱབ་པ་གོགས་ཀྱི་མཆོག་བྱ་བ་  
 ཡིན། བྱིད་རང་རྣམས་སློབ་པས་པར་གཟིམ་ཟེར་བ་ལ། རྒྱུད་རྒྱུད་འདིའི་ཁ་ནས་  
 འདི་འདྲ་ཡོང་བ་གང་ཟག་ཐ་མལ་པར་རང་མིན་ནམ་སྒྲམ་ནས་སེམས་བག་ཕེབས་པ་  
 བྱུང་། རང་པར་སྒྲིལ་ཐེ་མ་ཐག་དུ་བྱིས་པ་གཞོན་ཅུ་ལྟ་སྦྱི་རིང་དང་འབྲོག་སྒྲམ་གྱི་གོས་  
 ཉིས་བཙེགས་བྱོན་པ་ཕོར་རྒྱུད་བྱིར་བཅིག་བྱུང་ནས། བྱིད་བོད་རྣམས་གང་ནས་  
 བྱོན། ལམ་དུ་འཇིགས་པའི་སྦྱོན་མི་སྤྲང་ངམ་ཟེར་ནས་བོད་ཀྱི་འབྲོག་པའི་སྐད་དུ་  
 ལྟང་ལྟང་བྱུང་བས་སྦྱོབས་སངས་པ་སྒྲམ་བྱེད་པ་བྱུང་། དེར་མངའ་རིས་སྟོད་ནས་  
 འོངས། ལམ་འཇམ་པར་བྱུང་། བྱིད་ག་ཚུག་ཡིན། གར་འགྲོ་བྱས་པས། དེས་  
 ང་ཡང་བོད་པ་ཡིན། བོད་དུ་འགྲོ་འོ་ཅག་བོད་འདི་ཁ་མང་ལ་གཏིང་སྟོད། གྲྭ་མ་  
 མཆོང་ཅན་སྟེད་མི་ཤེས། བྱ་བ་གལ་ཆེན་གསང་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་ཡིན། རྒྱ་  
 བཙོན་སེང་བོད་ཀྱི་སྦྱི་ཁང་ན་ཡོད། དེར་ཚད་བཅད་ན་ཡོང་ཟེར་ནས་ཡུད་གྱིས་  
 སོང་། དེ་ནས་སྤང་ནང་རིང་པོ་ཅིག་ན་ཞུགས་ནས་ཕེབས་པས། དྲང་སྤྱོད་ཀྱན་པོ་  
 རྒྱ་ཤིང་གི་འཁར་བ་ཐོགས་པ་ཞིག་དང་ཕྱད་དེ། བྱིད་གང་ནས་བྱོན་གར་ཅི་བྱེད་དུ་



འགྲོ་སོགས་འདྲི་བ་ལ། རེད་བོད་མངའ་རིས་སྟོད་ནས་ཇོ་བོ་ཨ་ཏི་ཤ་སྐྱུན་འདྲིན་དུ་  
 འོངས། རྒྱ་བཙོན་སེང་གི་ཁང་པ་གང་ན་ཡོད་ཀྱས་པས། ཁོ་འཁར་བ་ལ་བཏེན་  
 བས་མིག་བཅུ་བཅིག་གྱས་ཏེ། ད་ནང་གི་བྱིས་པ་དེ་བདེན། བོད་ཀྱི་མི་ལ་ཨོལ་  
 མདུད་མེད་པས་སྤང་ནང་གི་འབྲམས་པོ་རྩུ་ཆད་ལ་ཡིན་ལུགས་འཆད་པ་བྱོད་ཀྱི་  
 དོན་གྱུ་བ་དུ་རེ་བ་ཡང་། ད་རེས་ངའི་རྩེ་བྱས་པས་དུག ད་ཇོ་བོ་མིན་པ་གཞན་  
 ཀྱི་རྩེ་མ་འདོན། སྒོ་ངས་བཟུན་ཟེར་ནས་ཁོའི་རྩེས་ལ་བྱོན་པས་ཁོ་ག་ལེ་སེང་བའི་  
 རྩེས་ལ་ནག་ཆོས་མགྱོགས་པོས་མ་སྤེབས། ཁོ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཁང་གི་སྒོ་ཕྱག་ན་སྐྱགས་  
 བས་བཅུད་དེ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་སྐྱབ་པ་ལ་ག་ལེ་བྱོད་པ་ཡིན། རིངས་ན་གསོས་དལ་  
 དགོས་པ་ཡིན། འདོད་ཐག་མ་ཉེ་བར་རི་བོ་བགས་ཀྱིས་འཛེགས། ཁང་པ་འདི་  
 ཡིན་ཟེར། དེ་ནས་ནང་དུ་བྱོན། ལོ་རྩུ་བ་རྒྱ་བཙོན་སེང་ལ་གསེར་གྱི་ཕྱག་ཉེན་ཕུལ་  
 ཏེ་མཇལ་བས། ཁོང་གིས་བྱོད་རྩམ་པ་སྤྱོགས་གང་ནས་བྱོན་གསུང་བ་ལ་ལོ་རྩུས་  
 རྩམས་ཞིབ་པར་ཁྱུས་པས། བྱོད་ངའི་སྤྱོད་མར་སྤང་སྟེ་ངོ་མི་ཤེས་པར་འདུག །  
 ད་ཨ་ཏི་ཤ་གང་ན་འདྲིན་པ་སྐད་ཡི་མ་ཟེར་བར་སྤྱོད་གཉེར་ལ་འོངས་པ་ཡིན་ཟེར་  
 ཀྱུན་ལ་སྤྱོས། འདི་ན་གནས་བཟུན་རྩུ་ཨ་ཀ་ར་བྱ་བ་ཡོད། དེ་འདི་ན་དབང་ཆེ་  
 ཞིང་ཨ་ཏི་ཤའི་ཡང་བདག་པོ་ཡིན། དེས་ཆོར་དུ་ཡེ་མི་བཏུབ་པས། ད་ལྟ་ཁོ་རང་  
 ལ་གསེར་སྤང་བྱོད་ཕུལ་ལ། རེད་བོད་ནས་འོངས་པ་ཡིན། བརྟེན་ཏེ་སྐྱུན་མ་  
 འདྲོངས། ད་བྱོད་ཀྱིས་པརྟེན་ཏེ་དང་བྱོད་མེད་པའི་སྤྱོད་གཉེར་ཅིག་བདག་ལ་ཐུགས་  
 ལ་འདོགས་པར་ཁྱེ་ཟེར་བའི་ཁྱེ་བ་ཕུལ། དེ་ནས་ཀྱང་རིངས་རིངས་སྤྱོད་མ་ཐེབས་པ་  
 ཡི་མ་བྱོད་པར་གསོས་དལ་གྱིས། དེ་ནས་འོ་ཅག་ཐབས་མཁས་པོས་ཇོ་བོ་འདིར་  
 ཐེབས་པའི་དུས་སྤྱོད་ཁྱེ་བ་བྱོད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་ནག་ཆོ་དང་རྒྱ་བཙོན་སེང་  
 གཉིས་ཀྱིས་གནས་བཟུན་རྩུ་ཨ་ཀ་རའི་དུང་དུ་གསེར་སྤང་བྱོད་ཕུལ་ཏེ་ནག་ཆོས་  
 རྩུས་བསྐྱབ་པ་ལྟར་གྱི་ཁྱེ་བ་བྱས་པས། གནས་བཟུན་གྱིས་དེ་ཤིན་དུ་ལེགས། རེད་



འདིར་མི་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེད་ཀྱི་ཁུ་གཞན་གྱིས་སེམས་ཅན་མི་ལྟལ། འདི་  
 བུ་ཉི་ཤ་མེད་ན་རྒྱ་གར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་འབྱུང་གནས་ཡིན་པ་ལ་འདི་  
 བུ་ཉི་ཤ་སེམས་ཅན་སྤྱི་བསྟན་ནམས་ཉམས་འགྲོ་བ་ཡིན་མོད་ཅེས་སོགས་གསུང་  
 སྟན་པོ་མང་པོ་བྱོན་སྐབས་ཤིག་རྩི་བོའི་ཕྱི་ལ་ནག་ཚེས་བརྒྱགས་ནས་སྤྱན་མཆི་མས་  
 གང་བ་ན། རྩི་བོས། ཨེ་མ་བོད་ཀྱི་ཆོད་དང་ལྷན་པ་བདེན། མཆི་མ་མ་འབྱེན་བྱེད་  
 རྒྱལ་སྤྱོད་འབངས་དང་བཅས་པ་ཁོ་བོ་དོ་གཞོང་། བདག་སྤྱིང་རིང་བ་མིན། འདི་  
 ལྷན་ན་སོ་ཡང་རྒྱས། ལྷེ་མིག་མང་པོ་འཛིན་དགོས་པ་བྱུང་། ད་དུང་བྱེད་སྤྱོད་མ་  
 བུ་ཉི་ཤ་བར་ཡོང་པ་ཡིན། དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་ཐོབ་གསུངས། དེ་ནས་རིམ་  
 གྱིས་ལོ་རྒྱུ་བ་གཉིས་དང་འབྲོམ་གྱི་སྤྱལ་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་རྒྱམས་དང་རྩི་མོ་  
 སྤྱལ་མ་ལ་སོགས་པའི་ཐབས་མཁས་དང་གསོལ་བ་བུ་བ་པའི་རྒྱུ་གྱིས་རྩི་བོ་ཡང་མ་  
 འགྱུངས་པར་མངའ་རིས་སྟོད་དུ་སྤྱན་དྲངས་པ་ཡིན་གསུངས། མངའ་རིས་སྟོད་དུ་  
 ཐེབས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་དག་ཐེར་མཛད་པར་གསོལ་བ་བུ་བ་པ་ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱ། དེ་ནས་ལྷ་སྤྱོད་མ་བྱུང་ཆུབ་འོད་གྱིས་རྩི་བོ་བོད་དུ་ཐེབས་པའི་  
 དགོས་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་རྒྱས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བོད་སྤྱི་ལ་ཕན་པའི་ཆོས་  
 ཟབ་མོ་ཞིག་གསུང་དུ་གསོལ་བྱས་པས་རྩི་བོ་ཤིན་ཏུ་མཉེས་ནས། དུས་གསུམ་རྒྱལ་  
 བ་ཐམས་ཅད་དག་དང་དེ་ཡི་ཆོས། དགོ་འདུན་རྒྱམས་ལ་གྱས་པ་ཆེན་པོས་ཕྱག་  
 བྱས་ཏེ། སྤྱོད་མ་བཟང་པོ་བྱང་ཆུབ་འོད་གྱིས་བསྐྱལ་གྱུར་པས། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་  
 སྤྱོད་མ་རབ་དུ་གསལ་བར་བྱ། ཞེས་གསུངས་ནས་བྱང་ཆུབ་ལམ་སྤྱོད་འདི་མཛད་  
 གསུངས། དེའི་ཟུར་བཤད་ལྟ་བུར། སྤྱོད་མ་དེའི་ཆོས་གྲལ་དུ་བསྟན་པ་ཅན་གྱིས་སྤྱོད་  
 མ་དེའི་སྤྱོད་མ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། སྤྱོད་མ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱོད་མ་ལ་དད་གྱིས་ཤུགས་  
 དྲག་པོས་སྤྱོད་གཏད་ནས་སྤྱོད་མ་དེའི་ཞབས་འོག་དུ་ཉིད་གྱིས་འཇུག་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 དགོས། དེ་མིན་སྤྱོད་མར་མི་འགྱུར་བ་ནི། ལྷ་བཅུན་བོ་རྟེན་རྟེན་རྩི་བོ་མཇུག་པའི་



ཆོ་ཞབས་དོ་རྗེའི་སྐུ་ཡང་མཛད་པ་ཡང་བཤེག་ནས་ཡར་བཞེངས། ལྷ་སྤྲུལ་བྱང་  
 རྒྱུ་འོད་པེབས་པའི་ཆོ་སྐུ་ཡང་མི་བཤེག་པ་ལ་ལྷ་བཅུན་པས་དེའི་རྒྱ་མཚན་གང་  
 ལགས་ཞུས་པས། བྱང་རྒྱུ་འོད་ངའི་སྤྲུལ་མ་ཡིན་ཁྱེད་ཐོད་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཡིན་  
 གསུངས། ལྷ་བཅུན་གྱིས་འོ་ན་ཁོ་བོ་སྤྲུལ་མ་མ་ལགས་སམ་ཞུས་པས། ལགས་  
 ལགས་བཞོད་པ་མཛོད་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ནང་གི་ཉེར་ལེན་དད་པ་མེད་ན་  
 ཕྱིའི་རྒྱུ་ཆོས་གྲུ་བྱ་བསྐྱད་པ་ཅམ་གྱིས་པན་མི་ཐོགས་ཏེ། དག་བཤེས་པོ་ཏྱི་བས།  
 རང་གི་ཉེར་ལེན་མེད་པ་ལ། ཕྱི་ཡི་རྒྱུ་གྱིས་པན་མི་ཐོགས། ། རམ་མཁའི་བྱི་  
 རྒྱུ་སྐྱོ་བོ་ལ། ། རིན་ཆེན་གསལ་གྱིས་གདམས་པ་བཞིན། ། ཞེས་གསུངས་འདུག་  
 གསུངས། ཕྱི་མ་ལ་བྱམས་པ་ནས་བརྒྱད་པ་དང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། སྤྱོད་  
 པའི་བརྒྱད་པ་ལ་བྱམས་པ་ནས་ཐོགས་མེད་ལ་བརྒྱད་པ་དང་འཇམ་དབྱངས་ནས་ཞི་  
 བ་ལྷ་ལ་བརྒྱད་པ་གཉིས་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱང་བྱང་རྒྱུ་གི་སེམས་རང་གི་ངོ་བོ་ལ་  
 བྱང་པར་མེད་ཀྱང་། སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་དང་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྲུལ་ཚུལ་ལ་བྱང་པར་ཡོད་  
 དེ། བྱམས་པའི་རྣམ་པར་ཐར་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པའི་རྒྱལ་པོ་ལྷ་བྱའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་མན་ངག་རྣམས་བྱམས་པ་ནས་བརྒྱད། འཇམ་དབྱངས་རྣམ་པར་རྟོག་བའི་  
 མདོ་ནས་བཤད་པ་ལྷ་ལྷ་གི་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲི་ནས་རྗེ་བོ་ལྷ་བྱའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཚུལ་གྱི་མན་ངག་རྣམས་འཇམ་དབྱངས་ནས་བརྒྱད་པ་ཡིན་གསུངས། ཏྲག་  
 ཏུ་བཞེན་པའི་སྤྲུལ་མ་ནི། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ངོ་བོས་སྤྲུལ་མ་བརྒྱ་དང་ལྷ་བཅུ་ཙ་  
 བདུན་བཞེན་པ་ཡིན་གསུངས། སྤྲུལ་མ་བྱང་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་རྣལ་འབྱོར་རྣམ་པ་  
 བཞིན། རྣལ་འབྱོར་ཨ་མེས་བྱང་རྒྱུ་རིན་ཆེན། དགོན་པ་བ་འཛོལ་དབང་ཕྱག་  
 རྒྱལ་མཚན། ཤེས་རབ་དོ་རྗེ། ཕྱག་དར་སྟོན་པ་བྱམས་པའི་སྤྱོད་གྲོས་དང་བཞི་ཡིན།  
 དེ་བཞི་ཆར་ཁམས་པ་ཡིན། ཡང་དག་བཤེས་གསང་ཕུ་བ་ཞེས་པ་སྐབས་འགའ་  
 ཞིག་ཏུ་རྗེ་གཉིས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་གསུངས་པ་ཡང་ཡོད་མོད་པལ་ཆེར་རྣལ་འབྱོར་



པ་ཤེས་རབ་དོན་རྒྱུ་འདི་ལ་གོ་དགོས། རྩོམ་པ་ལྟ་དང་ལྟ་བུ་ཚ་བ་དུན་གྱི་ནང་  
 རས་པ་རྩི་ཏ་ཏ་ལ་ནག་པོ་ཞེས་པས་རྩོམ་པོ་བོད་དུ་བྱོན་ཁར་བྱོན་བོད་དུ་བྱོན་ན་པ་ལས་  
 བྱེད་ག ། བྱ་ལས་ཚ་བོ་རྩིག ། ཚ་བོ་ལས་ཡང་ཚ་རྩིག ། ཡང་ཚ་ལས་གསུམ་ཚ་  
 རྩིག་པ་ཡོང་། དེ་ནས་འཆལ་ཏེ་འགྲོ་ཞེས་ལུང་བསྟན་པའི་པ་ནི་རྩོམ་པོ་རང་ཉིད།  
 བྱ་ནི་འབྲོམ་སྟོན་དང་རྩིག་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ། རག་ཚོ་ལོ་རྩལ་བ་སོགས་ཡིན། ཚ་  
 བོ་ནི་སྤྱི་མཆོད་གསུམ་དང་རྩོམ་པ་ལས་སོར་བ་སོགས་ཡིན། ཡང་ཚ་ནི་སྤང་ཤར་  
 གཉིས་ལ་སོགས་པ་ཡིན། གསུམ་ཚ་ནི་སངས་རྒྱས་དཔོན་སྟོན་དང་། སངས་རྒྱས་  
 རྒྱུ་པ་ཡབ་སྲས། སྤང་ལུང་པ་ལ་སོགས་པ་ཡིན། དེ་དག་གོང་མ་གོང་མ་ལས་བྱི་  
 མ་བྱི་མའི་དུས་སྤྱི་བསྟན་པ་བྱབ་གདལ་ཆེ་བར་བྱང་བས་རྩིག་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན།  
 དེ་ནས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་འདིས་མི་ཆོག་པར་སྤྲུགས་རེ་བསྟོན་མ་རྒྱུ། རྩིས་གནང་རེ་  
 བསྟོན་མ་རྒྱུ་པས་རྒྱུ་ཟད་འཆལ་ཏེ་སོང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་རྩོམ་པོ་ཡབ་སྲས་གྱི་  
 བསྟན་པ་ཡོད་ན་རྩི་རིན་པོ་ཆའི་བསྟན་པ་ཡང་ཡོད་ལ། དེ་མེད་ན་རྩི་རིན་པོ་ཆའི་  
 བསྟན་པ་ཡང་མེད་པར་འགྱུར་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རྩོམ་པོ་བསྟན་པ་འདི་ལ་གཅེས་  
 གྲུས་བྱེད་དགོས། རྩི་རིན་པོ་ཆའི་བསྟན་པ་འདི་ལ་བཀའ་གདམས་གསར་མའི་  
 ལུགས་སྟོལ་དུ་མཆོན་འདོགས་པ་ཡང་རྩོམ་པོ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་མ་ཆང་བ་མེད་  
 པར་ཡོད་པའི་ཐོག་དུ་ཆོ་གཅིག་ཉིད་ལ་སྤྱི་ལུས་རྩོམ་པོ་རྩོམ་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་པའི་  
 མན་ངག་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཞིག་གསར་དུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན། མན་ངག་དེ་  
 ཡང་རྩོམ་པོ་བསྟན་པ་འདི་མེད་ན་འཆལ་པ་ཞིག་དུ་འགྲོ་བས་གང་ཡང་མི་ཡོང་  
 གསུང་། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་སྤྲོ་མ་ཉིད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་  
 བརྒྱུད་འཛིན་ཆེན་པོ་ནི་སྟོལ་མས་ལུང་བསྟན་པའི་འབྲོམ་སྟོན་པ་རྒྱལ་བའི་འབྱུང་  
 གནས་སོ། ཞེས་པའི་སྐབས་འབྲོམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་དེ་ཉིད་ནི། གཉན་ཆེན་ཐང་  
 ལྷའི་ལྷ་འོག་རྩ་སྤྱི་མའི་ཕུག་དུ་སྤྱི་འབྲུངས་ཤིང་། འབྲུངས་ས་དེང་སང་ཡང་མཇལ་



རྒྱལ་ཡོད་འདུག རྒྱུ་དུ་ནས་ཡུམ་གཤེགས་ཤིང་། མ་ཡར་ཞིག་ནས་ཤིན་ཏུ་སྤང་  
 བར་བྱས་པའི་རྒྱུ་གིས་འགའ་ཞིག་ནས་དེང་སང་སྟེ་མ་རྒྱལ་བྱེད་འདི་ཡིན་ཟེར།  
 གང་ལྟར་ཡང་དགོན་པ་ཞིག་ཏུ་ཁང་པོ་ཞིག་ཡོད་པའི་སར་ཐེབས་ནས་སྟོག་བསྐྱབ་  
 པན་ཡུལ་རྒྱལ་དུ་ཁང་ཆེན་པོ་ལས་དགེ་བསྟན་སྐྱབས། ཁམས་སྤྱུ་མ་སེ་བཅུན་གྱི་  
 འབས་ཏོག་མཛད་ནས་སྟོབ་གཉེར་མཛད། མངའ་རིས་སྟོད་དུ་རྩོམ་ལ་རྩི་བཅུན་  
 སྟོལ་མས་ལྷ་པ་སི་ཀ་དང་སང་ཉིན་མཛལ་བར་ལུང་བསྟན་པས་རྩོམ་གྲང་དེ་ཉིན་  
 རྒྱུ་བདག་ཞིག་གིས་གདན་དྲངས་པར་ལྷ་རྩོམ་སྐྱགས་ཕྱིར་བཞུགས་ནས་རྒྱུ་  
 བདག་དེའི་སར་མ་བྱོན། དེ་ནས་འབྲོམ་མ་བྱོན་ཅ་ན་ཡོན་བདག་གི་དྲུང་དུ་  
 གཤེགས་ནས་ཡར་ལོག་བྱོན་སྐབས་སྤང་བར་ཞིག་ཏུ་འབྲོམ་དང་མཛལ་བར་དེ་ཉིན་  
 རྩོམ་སྐྱུ་བདག་གིས་མར་ཟན་ཁྱུ་པ་ནས་འབྲོམ་གྱི་སྐྱ་སྐལ་བསྐྱམས་ཡོད་པ་ཡང་  
 གནང་། དེའི་ཉིན་རང་འབྲོམ་ལ་འཇམ་དཔལ་རྩི་རྩི་དགྱེལ་འཁོར་དུ་དབང་  
 བསྐྱར་བར་མཛད། འབྲོམ་གྱིས་གྲང་དེ་ལུ་ནས་བཟུང་རྩོམ་པའི་དབུ་ལྷས་སྤྱུ་མར་  
 མེ་ལྷ་ཏེ་རྩོམ་ལུ་པའི་ཁྲོད་དུ་སྐད་ཅིག་གྲང་འཛིག་མ་སྟོང་བ་ཡིན་པར་འདུག  
 དེ་ནས་ཐང་པོ་ཆེར་རྩོམ་བཞུགས་དུས་སྐབས་གཅིག་དང་། ཡེར་པར་རྩོམ་ལ་འབྲུལ་  
 མ་ཆེ་མཛད་པའི་གསེར་སྟོང་ལ་བྱང་དུ་སྐྱབ་གཅིག་བྱོན་པའི་སྐབས་གཉིས་པོ་དེ་མ་  
 གཏོགས་རྩོམ་པའི་གཤེགས་ཀྱི་བར་སྐྱ་མདུན་དུ་འབྲུལ་མེད་བཞུགས་ནས་གདམས་  
 ངག་གསན་པས་འཕྱིན་ལས་དབྱར་མཆོ་ལྟར་རྒྱས་པ་ཡིན་གསུངས། ཆོས་ཀྱི་ཆེ་བ་  
 ལ། མདོ་ལྷགས་གཉིས་ཀའི་གནད་བསྐྱུས་ནས་སྟོན་པས་བརྗོད་བྱ་ཡོངས་སུ་རྩོགས་  
 པ་དང་། སེམས་འདུལ་བའི་རིམ་པ་གཙོ་བོར་བྱས་ནས་སྟོན་པས་ལག་ཏུ་སྤང་བའི་  
 བ་དང་། ཤིང་རྩ་ཆེན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལྷགས་ལ་མཁས་པའི་སྤྱུ་མ་གཉིས་ཀྱི་གདམས་  
 པས་བརྒྱན་པས་ལྷགས་གཞན་ལས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ། ། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་  
 ལམ་སྟོན་ལ་བྱད་ཆོས་གསུམ་གསུངས་པ་འདི་མཛོད་ཙ་འགྲེལ་དང་མདོན་རྟོགས་



ཐུན་ཏྲ་བུ་ལ་ཡང་མ་ཆང་སྟེ། སྒྲགས་ཀྱི་གནད་མ་བསྐྱས་པ་དང་། ཉམས་ལེན་གྱི་  
རིམ་པ་ཆང་བར་སྟོན་ཀྱང་མན་ངག་གཞན་ལ་མ་བསྟེན་པར་གོ་མི་རྒྱས་པས་ལག་དུ་  
སྤང་བདེ་བའི་བྱད་ཆོས་ཀྱང་མ་ཆང་གསུངས། །།



## ཉིན་གསུམ་པ།

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ཤེད་ཀྱི་མཁའ་གསུང་ལས། དལ་འབྱོར་འདི་ནི་མིན་ཏུ་རྟེན་  
 པར་དཀའ། ། རྒྱུས་བུའི་དོན་གྱི་བཅོམ་པར་གྱུར་པ་ལ། ། གལ་ཏེ་འདི་ལ་ཕན་པ་  
 མ་སྤྲུབས་ན། ། རྒྱུས་འདི་ཡང་དག་འབྱོར་པར་གལ་འགྱུར། ། ཞེས་པའི་ལུང་  
 འདྲེན་པར་མཛད་ནས་སྤྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་ཀྱི་སྐབས་སུ། མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་  
 ཆེས་ལམ་རིམ་ལ་ཆེ་བཅོམ་འདི་ལྟར་མཛད་དེ། དམ་པ་གོང་མ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་བསྟན་རིམ་རྣམས་ཀྱང་མད་དུ་བྱུང་མོད་ཀྱི། འདི་ཉིད་ནི་གངས་དང་  
 གོ་རིམ་དང་དམིགས་པ་འགྲིལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཆེས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་སོ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། དངོས་གཞི་ལ་གསུང་བཤད་འདི་ལྟར་གནང་སྟེ།  
 ལམ་སྤྲོན་ལ་ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྷན་ཚུལ་གོ་བདེ་བར་བཅོམ་ན། བྱད་ཆོས་གསུམ་ལྷན་  
 གྱི་ལམ་སྤྲོན་ཆོས་ཅན། ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྷན་པ་ཡིན་ཏེ། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་  
 འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་བ། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་  
 བའི་ཆེ་བ། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྤྱད་ཏུ་རྟེན་པའི་ཆེ་བ། ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་  
 རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་བ་སྟེ་བཞི་པོ་འདི་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་འགོད་པ་  
 ཡིན། འདི་ལ་དམ་བཅའ་དང་སྤྲུལ་བྱེད་གཉིས། དེ་ཡང་རྒྱལ་བས་གསུངས་པ་ཇི་  
 རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་འདིར་གང་ཟག་གཅིག་འཆང་བྱ་བའི་ལམ་དུ་གོ་བ་སྟེ། ཞེས་པ་  
 འདིས་དམ་བཅའ་བཞག་དེ་ཡང་ཁ་ཅིག་ནི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ། ཁ་ཅིག་ནི་ལམ་གྱི་  
 ཡན་ལག་ཅི་རིགས་པར་འགྱུར་བའོ། ཞེས་པས་རྟགས་བོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་  
 དེས་འབྱུང་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་དང་། རྒྱུང་འབྱེད་གི་ཆོས་སྒྲོར་གཞན་རྣམས་དེའི་ཡན་  
 ལག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་དང་། རྒྱུས་བུ་ཆེན་པོའི་



ཆོས་སྐོར་གཞན་རྣམས་དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ལྷག་མཐོང་ལམ་གྱི་  
གཙོ་བོ་དང་ཞིག་ནས་དེའི་ཡན་ལག་ཏུ་འགོ་བཙུག་། སྐབས་བྱེད་ལ་རྒྱས་པར་བྱེད་།  
པར་བྱེད་ཐེག་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྐབས་བྱེད་དང་། རྩི་ཐེག་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྐབས་བྱེད་  
གཉིས། དང་པོ་ལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བཞེད་དོན་སྐབས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྐབས་  
བྱེད་དང་། འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་སྐབས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྐབས་བྱེད་གཉིས། དང་པོ་  
སྟོན་པ་ལ། དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་བཞེད་དོན་ནི་འཇིག་རྟེན་གྱི་  
དོན་སྐབས་ཡིན་ལ། ཞེས་པ་ནས། དེ་ཡང་རང་གཅིག་ཕྱ་ཞི་བདེ་དོན་གཉེར་ལ་  
སྐྱེས་པའི་བསམ་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དང་བཅས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་སྐྱེས་  
མ་གཏོགས་པའོ། ཞེས་པའི་བར་གསུངས། འདིའི་སྐབས་སུ་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་དུ་  
འགོ་ལ་པན་པར་བྱེད་རྣམས་ལམ་ཤེས་ཉིད་ཀྱིས་འཇིག་རྟེན་དོན་སྐབས་མཛད་པ་གང་།  
ཞེས་གསུངས་ཏེ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་བཞེད་དོན་གྱི་གཙོ་བོ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་  
མཛད་པ་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རིགས་ཅན་གསུམ་གའི་དོན་མཛད་དགོས་པའི་རྒྱ་  
མཚན་གྱིས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས། རང་རྒྱལ་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་  
ཤེས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་གསུམ་ག་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པར་  
བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་ཕྱི་དྲིའི་ཁ་བས་སྤྲོད་བཤུ་སྐྱེས་པ་ནི་ཐེག་པ་དམན་པའི་ཆོས་  
ཡིན་པས་རང་ཅག་ཐེག་ཆེན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་བླང་མི་དགོས་ཤིང་ཤེས་པར་  
ཡང་བྱ་མི་དགོས་སྟུང་དུ་མི་བབྱུང་བར་གདུལ་བྱ་ཐེག་དམན་གྱི་རིགས་ཅན་རྩིས་སུ་  
བབྱུང་བའི་ཕྱིར་དེ་དག་ཤེས་པར་བྱེད་ཅིང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དུ་ཡང་བྱིན་  
དགོས་པ་ཡིན། ལམ་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པར་བྱ་ཞིང་ལམ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པར་བྱའོ།  
དེ་དག་ཀྱང་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བྱ་ཞིང་དེ་དག་གི་ལམ་གྱི་བྱ་བ་ཡང་བྱ་ལ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་དོན་ཡང་། ཐེག་པ་གསུམ་ཀའི་ལམ་ཤེས་པའི་ལམ་ཤེས་རྣམས་ཤེས་  
པར་བྱ་ཞིང་། རྒྱལ་བཞེད་ཉམས་སུ་བླངས་ཏེ་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་དགོས།



དེ་ལྟར་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་ན་ལམ་དེ་དག་གི་བྱ་བ་གསུལ་བྱའི་དོན་སྐབས་པ་ཡང་བྱ་ལ།  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་ཆོགས་སྒྱུར་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་རང་རྒྱུད་ལ་བསྐྱེད་  
 པར་བྱེད། མཐོང་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པར་བྱེད། སྒྲུལ་  
 ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་རྫོགས་པར་བྱེད་དེ་སྐྱེད་ཤེས་རྫོགས་གསུམ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 གསུངས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ལ་བྱུང་མོང་བ་ཡིན་མེད་གཉིས་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་  
 སྐབས་སུ། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྫོགས་པའི་ལམ་ལྟ་བུ་ཐེག་པ་  
 གསུམ་ཀའི་བྱུང་མོང་གི་ལམ་ཡིན། ཡང་ཐེག་དམན་གྱི་ལམ་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས་པས་བྱང་པ་ཡང་མེད་དེ། ཐེག་དམན་པ་རྣམས་རང་ཉིད་  
 འཁོར་བའི་སྐྱག་བསྐལ་ལ་ཤིན་དུ་འཇིགས་ནས། སེམས་ཅན་གཞན་མི་དྲན་པར་  
 རང་ཉིད་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་འཁོར་བ་ལས་ཅི་ཐར་བྱེད་པའི་ངེས་འབྱུང་ཤུགས་  
 དྲག་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་ཉན་རང་གི་བསམ་པ་བྱུང་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་ལམ་ལ་ལྟོས་ཏེ་དོར་བྱ་ཡང་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་སོ་ཐར་གྱི་བཅས་རྒྱུ་  
 རྣམས་ཀྱང་བྱང་སེམས་བྱིམ་པས་ཉམས་སུ་ལེན་མི་དགོས་པའི་དམིགས་བསལ་ཡིན།  
 དོན་དུ་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྫོགས་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་  
 ཐམས་ཅད་གང་ཟག་རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་བའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་གོ་བ་ཞིག་བྱང་ན་བསྟན་པ་  
 ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྫོགས་པ་ཡིན། གོང་གི་སྐབས་བྱེད་གཉིས་པ་འབྲས་བུ་  
 སངས་རྒྱལ་སྐབས་པ་ལ་ལྟོས་པའི་སྐབས་བྱེད་སྟོན་པ་ལ། གཞན་ཡང་ཡང་དག་པར་  
 རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་ནི་སྒྱུན་སྒྲགས་རེ་བཅད་པ་དང་། ཡོན་ཏན་སྒྲགས་རེ་རྫོགས་  
 པ་མེད་གྱི་ཞེས་པ་ནས། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་པས་མི་སྐབས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་  
 རོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ཡང་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱལ་དེ་ཉིད་སྒྱུན་ཀྱན་བཅད་  
 ཡོན་ཏན་ཀྱན་ལྡན་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས། དེ་སྐབས་པའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ཡང་སྒྱུན་  
 གྱི་རིགས་མཐའ་དག་འགོག་ཅིང་ཡོན་ཏན་གྱི་རིགས་མཐའ་དག་སྐབས་པ་ཞིག་དགོས།



རྩི་རྩི་ཐོག་པ་ལ་སྟོས་པའི་སྐབ་བྱེད་སྟོན་པ་ལ། གལ་ཏེ་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པའི་ཐོག་པ་  
 ལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་ཞེས་པ་ནས། སྤྲུལ་ནི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྲུལ་པ་ཡིན་པའི་བྱིར་རོ་  
 ཞེས་པའི་བར་གསུངས། བར་བྱིན་ཐོག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་དེ་ལྟར་སྟོབ་དགོས་ཀྱང་  
 སྤྲུགས་ལམ་ལ་ཞུགས་པས་མི་དགོས་སོ་ཞེན། དེ་ཡང་དགོས་ཏེ། དེ་གཉིས་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་དང་བྱིན་དུག་ལ་སྟོབ་པའི་ལམ་གྱི་ལུས་འདྲ་ཞིང་། སྤྲུལ་དེ་གྱི་ལྟོག་  
 རྒྱུ་སྐབ་དུ་མར་སྐྱེ་མོང་དང་སྐྱེ་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་པ་གཉིས་གཉིས་བཟུང་  
 བར་གསུངས་པའི་སྐྱེ་མོང་བ་ནི་བྱང་སྤྲུལ་ཡིན་ལ། སྐྱེ་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྤྲུལ་པ་  
 ལ་ཡང་བྱིན་དུག་ལ་སྟོབ་པ་སོགས་རིགས་ལཱའི་སྤྲུལ་བཟུང་གི་སྐབས་སུ་ཡིད་མ་བཅའ་  
 དགོས་གསུངས། བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཞི་ལམ་གྱིས་འབྱེད་ཤེས་པ་དེ་སྤྲུལ་  
 ཞེས་པའི་སྐབས། སྤྲུལ་བྱམས་པ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱི་བཞི་ཞེས་པའི་བཞི་དེ་གྲངས་ཀྱི་  
 བཞི་ལ་བྱས་ནས། དེས་འབྱུང་གི་ཀྱང་གཅིག་ བྱང་སེམས་ཀྱི་ཀྱང་གཅིག་ ཡང་དག་  
 པའི་ལྟ་བའི་ཀྱང་གཅིག་ ། ལམ་རིམ་པ་གཉིས་གཅིག་དུ་སྤྲུལ་པའི་ཀྱང་གཅིག་སྟེ་བཞི་  
 པོ་དེ་ཡིན། དེ་བཞིན་གང་ཟག་རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་འདོར་འོས་གཅིག་ཀྱང་  
 མེད་པར་ཆ་ཆང་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་བྱུང་ན་བསྐྱེད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བཞི་ལམ་གྱི་  
 འབྱེད་ཤེས་པ་ཡིན་ཞེས་རྩི་དགོ་ལེགས་རྒྱ་མཆོད་ཀྱི་གསུང་དག་ཡིན་པར་གསུང་གིན་  
 ཡོད་འདུག་ཅེས་བདག་གི་དྲིན་ཅན་ཅ་བའི་སྤྲུལ་རྩི་བཅུན་སྟོབ་བཟང་རྣམ་གྲོལ་གྱིས་  
 གསུངས། ཡང་དུས་འཁོར་རྒྱུ་ཆེན་དུ་དུས་བཞི་བཤད་སྐབས་བསྐལ་བའི་དུས་  
 བཞི་དང་བསྐྱེད་པའི་དུས་བཞི་གཉིས་བཤད་ནས། བསྐྱེད་པའི་དུས་བཞི་ནི།  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གསུང་རབ་ལ་ཐོས་བསམ་སྟོན་གསུམ་ཚུལ་བཞིན་བྱས་པ་ལས་གང་  
 ཟག་གཅིག་གི་རྒྱུད་ལ་ཉོགས་པའི་བསྐྱེད་པ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྐྱེས་ཆོ་བསྐྱེད་པ་  
 བཞི་ལྟར་དང་རྫོགས་ལྟར་ཡང་ཟེར། དེ་ནས་བཞི་ཆ་རེ་རེ་ཉམས་པ་ན་གསུམ་ལྟར།  
 གཉིས་ལྟར། གཅིག་ལྟར་དུ་བཤད་འདུག་སྟེ་དོན་ལ་དགོངས་པ་གཅིག་པ་ཡིན།



དེ་ཡང་སྐྱབས་མགོན་རྒྱ་སྤེལ་རྩི་རྩེ་འཆང་དེ་ཉིད་ནས་བཞི་ཕྱེད་འདུ་ཁང་དུ་འདི་  
 ལྟར་གསུངས། སངས་རྒྱལ་གྱི་གསུང་ལ་ཆོག་འགལ་བ་ལྟར་སྤང་བ་ཡོད་ཀྱང་དོན་  
 ལ་འགལ་བ་མེད། དཔེར་ན་ཆད་ནད་ཅན་སྤྲོན་པ་མཁས་པར་བསྟེན་པ་ན་ཤ་ཆང་  
 སོགས་ཟས་སྦྱིད་ལ་འཛེམ་དགོས་ཚུལ་མང་དུ་བྱེད། དེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱས་པས་  
 ཞག་བརྒྱད་དགུ་ནས་སྤྲོད་ཡང་སྤྲོན་པས་བརྟགས་ཏེ་ཤ་སོགས་འབྲལ་དུ་ངེས་པར་བྱ་  
 དགོས་པར་གདམས་པ་ན། གདམས་ཡུལ་གྱི་ནད་པ་ཡང་གང་ཟག་གཅིག་ཡིན།  
 གདམས་མཁན་སྤྲོན་པ་ཡང་གཅིག་ཡིན། གདམས་པ་སྤྲུལ་གཉིས་ཆོག་ལ་འགལ་བ་  
 ཆེ་མོད། དོན་ནད་གསོ་བ་ལ་འགལ་བ་མེད་ཅིང་། དེ་གཉིས་ཀ་མ་ཆོགས་པར་ཆད་  
 ནད་དེ་གསོ་བའི་ཐབས་མེད་པ་ལྟར། གསུང་བ་པོ་སངས་རྒྱལ་གྱིས་གང་ཟག་རང་  
 ཉིད་ལ་གསུངས་པ་རྣམས་འགལ་འགལ་ལྟར་སྤང་ཡང་། རང་གིས་ཉམས་སྲུལ་ལེན་  
 པའི་དུས་སོ་སོར་ཉམས་སྲུལ་བར་བྱ་དགོས་ཤིང་། རང་ཉིད་འཆང་རྒྱ་བ་ལ་དེ་  
 དག་ངེས་པར་ཆང་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་པས་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་  
 རྟོགས་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ཞེས་སྐྱེ་ཞབས་རང་གི་ཐུགས་རབ་ལས་བརྟོན་ནས་གསུངས་  
 པ་ཡིན། གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་ཏུ་འཆར་ཞེས་པའི་གསུང་རབ་ནི་  
 རྒྱལ་བའི་བཀའ་དང་ཐམས་ཅད་ཞེས་པས་དེར་མ་བཟོ་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་བསྟན་  
 བཅོས་ཆད་མར་གྱུར་པ་རྣམས་ཀྱང་རང་གིས་ཉམས་སྲུལ་ལེན་རྒྱུའི་གདམས་ངག་ཏུ་གོ་  
 བདགོས། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་པ་དང་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱང་  
 པར་ནི། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་ན། གསུང་རབ་གདམས་  
 ངག་ཏུ་ཤར་ནས་རང་གིས་ཉམས་སྲུལ་ལེན་པའི་བྱུང་བ་མེད། དེ་ལྟར་ན་གདམས་པ་  
 འདིས་ཞེས་པས་ནི་ལམ་སྟོན་འདི་ཉིད་ལ་ཆེ་བ་དེ་དང་ལྡན་པར་བསྟོན་པ་ཡིན། དེ་  
 རྣམས་གདམས་ངག་དངོས་མིན་པའི་ཆོས་རྒྱལ་ཙམ་དུ་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་རྣམས་  
 ལྷག་མ་མེད་པར་ལྷག་པར་འགྱུར་རོ། ཞེས་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་དོན་ང་རང་གི་བསམ་



ཆོད་ལྟར་ན། གདམས་ངག་དངོས་མིན་པའི་ཞེས་པའི་ཆོག་གི་རྒྱས་པས་གསུང་རབ་  
 རྒྱས་པ་གདམས་ངག་དངོས་མིན་པར་གདམས་ངག་གི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཙམ་དུ་འཛིན་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་སྤྱད་ཏུ་རྟེན་ཅེས་པའི་རྒྱལ་བའི་  
 དགོངས་པ་ནི། དེས་འབྱུང་བྱང་སེམས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་སྟེ་ལམ་གྱི་གཙུག་པོ་རྣམ་  
 པ་གསུམ་པོ་འདི་ཡིན། དེ་ང་རང་གི་བསམ་ཆོད་ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་སྐྱབ་བྱེད་ཡོད།  
 སྐྱབ་བྱེད་གང་ཡོད་ན། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་  
 དོན་ཞེས་པས་དེས་འབྱུང་དང་། རྒྱལ་སྤྱི་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་བསྐྱགས་པའི་  
 ལམ། ། ཞེས་པས་བྱང་སེམས་དང་། སྐལ་ལྷན་ཐར་འདོད་རྣམས་ཀྱི་འཇུག་དོགས་  
 ཏེ། ། ཞེས་པས་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་བསྟན་པར་ལམ་གཙུག་པོའི་འབྲེལ་པ་ཆོད་ལྟར་ལས་  
 གསུངས་ཤིང་། བྱད་པར་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བུ་ནི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ལྷང་བ་རྟེན་འབྲེལ་བསྐྱབ་བཅེད་པ་དང་། ། སྒྲིབ་པ་ཁས་ལེན་བྲལ་བའི་  
 གོ་བ་གཉིས། ། རི་སྤྱིད་སོ་སོར་ལྷང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ། ། ད་དུང་བྱབ་པའི་དགོངས་པ་  
 རྟོགས་པ་མེད། ། ཅེས་པས་ལྷང་སྒྲིབ་རེས་འཛིན་ཏུ་སོང་བ་དེ་སྤྱིད་དུ་བྱབ་པའི་  
 དགོངས་པ་རྟོགས་པ་མེད་པར་བཤད་ནས་འོ་ན་བྱབ་པའི་དགོངས་པ་རིམ་ལྔ་ནས་  
 རྟོགས་ཞེ་ན། དེ་སྟོན་པ་ལ། རྣམ་ཞིག་རེས་འཛིན་མེད་པར་ཅིག་ཅར་དུ། ། རྟེན་  
 འབྲེལ་མི་བསྐྱར་མཐོང་བ་ཙམ་ཉིད་ནས། ། དེས་ཤེས་ཡུལ་གྱི་འཛིན་སྤངས་ཀྱི་  
 འཛིན་ན། ། དེ་ཆོ་ལྟ་བའི་དབྱེད་པ་རྟོགས་པ་ལགས། ། ཞེས་ལྷང་སྒྲིབ་གཉིས་རེས་  
 འཛིན་མེད་པར་གཅིག་གྲོགས་སུ་གཅིག་འགྲོ་བའི་དབྱེད་མའི་ལམ་རྟེན་ཅིང་ལྟ་བའི་  
 དབྱེད་པ་རྟོགས་པ་ཞིག་བྱང་ན་བྱབ་པའི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་རྟེན་པར་གསུངས་  
 པ་ཡིན། དེ་འདྲ་བའི་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་ཡང་སྤྱི་མའི་མན་ངག་ལ་སྟོན་ཏེ་བཙལ་  
 དགོས་ལ། དེ་ལྟར་མིན་པར་རྒྱལ་བའི་གསུང་ལ་རང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱགས་ཀྱང་  
 དགོངས་པ་རྟེན་པར་མི་འགྱུར། རྟེན་ན་ཡང་ནོར་བ་ཆེ། མ་ནོར་བ་རྟེན་པའི་



དབང་དུ་བཏང་ཡང་རྒྱན་རིང་བ་མི་ཆོད་ང་མཉམ་པ་ལྟ་བུ་དང་། དཀའ་ཆོག་ས་ཆེ་  
 བ་ཉིན་མཆན་དལ་མེད་ཞིག་ལ་སྟོས་དགོས། སྤྲུམ་པའི་མན་ངག་ལམ་སྟོན་འདི་དང་།  
 འདི་དང་འདྲ་བ་ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་། བསྟན་རིམ་སོགས་ལ་བརྟེན་ན་ཡུན་རིང་བ་  
 དང་དཀའ་ཆོག་ས་ཆེ་བ་ལ་མ་སྟོས་པར་རྟོགས་ནུས་པ་ཡིན། ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་རང་  
 འགགས་སུ་འགྲོ་ཞེས་པའི་ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་ནི་ཆོས་སྤྱང་གི་ལས་ཡིན། དེ་ཕྱིག་པ་  
 ཤིན་ཏུ་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོའི་མིང་བཏགས་པ་ཡིན་གསུངས།  
 ཆོས་སྤྱང་གི་ལས་སྐྱབ་ནི་ཤེས་དཀའ་བའི་སྤྲ་བར་ནམ་པར་འཐག་པ་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་སོ་ཞེས་པའི་སྐབས། མདོ་དེ་ལས། ཆོས་སྤྱང་བའི་  
 སྐྱབ་པ་ནི་ཕྱེ་ཞེས་གསུངས། དེ་ཡང་ཕྱིག་པ་དེ་ཕྱིག་པ་ཡིན་པར་ངོ་ཤེས་དཀའ་  
 བའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་སྤྲ་བར་བཤད་པ་ཡིན། ཏིང་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོ་ལས། གང་  
 གིས་འཇམ་བུའི་གླིང་འདིར་ནི། ། མཆོད་རྟེན་ཐམས་ཅད་བཤེག་བྱེད་པས། །  
 གང་གིས་མདོ་ལྷེ་སྤྱང་བྱེད་པའི། ། ཕྱིག་པ་དེ་ནི་ཆོས་བྱང་འཕགས། ། གང་གིས་  
 གང་གླའི་བྱེ་སྟེད་ཀྱི། ། དག་བཅོམ་བསད་པར་གྱུར་པ་བས། ། གང་གིས་མདོ་ལྷེ་  
 སྤྱང་བྱེད་པའི། ། ཕྱིག་པ་དེ་ནི་ཆོས་བྱང་འཕགས། ། ཞེས་འཇམ་བུ་གླིང་གི་མཆོད་  
 རྟེན་ཐམས་ཅད་བཤེག་པ་དང་། གང་གླའི་བྱེ་མའི་གངས་དང་མཉམ་པའི་དག་  
 བཅོམ་པ་བསད་པའི་ཕྱིག་པ་ལས་ཀྱང་ཆོས་སྤྱང་གི་ལས་འདི་ཕྱིག་པ་ཆེ་བར་གསུངས་  
 པ་ཡིན། སྦྱིར་ཆོས་སྤྱང་བ་ལ་སྟོ་མང་དུ་སྤྱང་ནའང་སྤྱར་བསྟན་པའི་སྟོ་འདི་ཞེས་པ་  
 བོད་དུ་འགའ་ཞིག་འཆང་རྒྱ་བའི་གོགས་སུ་བབྱང་ནས་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་འདི་  
 ག་ཡིན། དེ་ཡང་ཆེ་བ་དང་པོ་གཉིས་ཆང་ན་ཉེས་སྦྱོང་འདི་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་  
 བས་ཆེ་བ་བཞི་བ་ཡང་ངེས་པར་ཆང་གསུངས། དེ་ནས་ཆེ་བ་བཞིའི་སྟོ་མས་བཤད་  
 འདི་ལྟར་སྤྱང་སྟེ། བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་འགལ་མེད་དུ་རྟོགས་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ།  
 རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་བརྟེན་ནས་གང་ཟག་རང་གིས་ཉམས་ལེན་དུ་འབྱེད་རྒྱུའི་



རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས། གསུང་རབ་མ་ལུས་གདམས་ངག་དུ་འཆར་  
 བའི་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་མན་ངག་དུ་གོ་བ་ཡང་དགོངས་འགྲེལ་གྱི་  
 བསྟན་བཅས་ཆད་ལྟན་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་བསྟན། རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་བདེ་  
 སྒྲག་དུ་ཆེད་པའི་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ། བཀའ་བསྟན་བཅས་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་  
 ཆེད་པ་ཡང་སྒྲ་མའི་མན་ངག་བྱུང་པར་ཅན་ལམ་རིམ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་བརྟེན་དགོས་  
 པར་བསྟན། ཆེ་བ་བཞི་པའི་སྐབས་སུ་གོང་གི་ཆེ་བ་གསུམ་པོ་དེ་ཆང་བ་ལ་བརྟེན་  
 བས་ཉེས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་རང་འགགས་སུ་འགྲོ་བར་བསྟན་པ་ཡིན། བསྟན་རིམ་གཞན་  
 བས་ལམ་སྟོན་ལ་ཆེ་བ་བཞི་དང་པ་མང་དུ་སྤང་ནའང་། ཆེ་བ་བཞི་དང་ལྟན་པར་  
 བཤད་པ་འདི་ནི་རྗེ་རང་གི་བྱ་ཆ་མང་ཡིན་པའི་སྒྲག་སྒྲུབ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྗེ་ཉིད་མ་  
 སྟོན་པའི་གོང་ཅམ་དུའང་དེ་འདྲ་བྱུང་འདུག་པ་བཞིན། མ་འོངས་པ་ན་བཀའ་  
 བསྟན་བཅས་ལ་ཉམས་ལེན་གྱི་གནད་མེད་པར་འཛིན་པའི་ལྷག་རྟོག་དང་། དེར་  
 བརྟེན་པའི་ཆོས་སྤྱང་གི་ལས་ཆབས་ཆེན་གསོག་པ་མང་དུ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ཉིད་  
 བསྟན་པ་རྒྱབ་པའི་རྒྱུ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་ཡིན་པ་བཅས་དེ་རྣམས་འབད་པས་བཀག་པར་  
 མཛད་འདོད་ནས་ཆེ་བ་དེ་དག་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཐོས་པའི་ཆོམས་ལས།  
 ཐོས་པས་ཆོས་རྣམས་ཤེས་པར་འགྱུར། ། ཐོས་པས་སྒྲིག་ལས་སྒྲིག་པར་བྱེད། །  
 ཐོས་པས་དོན་མ་ཡིན་པ་སྤྱང་། ། ཐོས་པས་ཐུང་ན་འདས་པ་ཐོབ། ། ཅས་པའི་  
 ཆོག་རྒྱུད་དང་པོས་ཐོས་པས་སྤང་དོར་གྱི་གནས་ཤེས་པ་དང་། གཉིས་པས་ཐོས་པ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་ལྷག་པ་རྒྱལ་བའི་སྐབས་ཀྱི་བསྟན་པ། གསུམ་པས་ཉིང་འཛིན་གྱི་བསྟན་  
 པ། བཞི་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྟན་པ་སྟེ་བསྟན་གསུམ་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱེ་བའི་པན་ཡོན་  
 བསྟན་པ་ཡིན་གསུངས། རང་གི་ཤས་ཀྱང་དེ་ནི་ཉིང་པའི་རིགས། ཞེས་པ་རང་གི་ཤ་  
 རིན་དུ་གཏད་ནས་ཐོས་པ་ཉིང་དགོས་པ་བྱུང་ཀྱང་ཉིང་རིགས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་  
 གསུངས། ཐོས་པ་གཏི་ཐུག་ཐུན་སེལ་སྟོན་མེ་ཡིན། ། ཞེས་པ་ནི་རང་རྒྱུད་ཀྱི་མི་



ཤེས་པའི་ལྷན་པ་སེལ་བ་ལ་ཐོས་པ་འདི་སྟོན་མེད་ང་འདྲ་སྟེ། སྟོགས་ར་བ་རྣམས་  
 གྱིས་བུམ་པ་མི་རྟག་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་ཆོག་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོག་མར་ཆོག་སྟེ་ཡིད་  
 ལ་ཤར། དེ་ནས་བུམ་པ་ཆོས་ཙན། མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྐབ་བྱེད་རེ་བཞེད་ནས། དེ་ལ་བསམ་སྟོབ་པ་ན་དོན་  
 སྟེ་ཡིད་ལ་ཤར་ནས་མཐར་བུམ་པ་རྟག་པར་འཛིན་པའི་རྟག་འཛིན་གྱི་ལྷན་པ་སེལ་  
 བ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྟུན་པོ་ལ་སོགས་མི་བྱིར་ནོར་གྱི་མཆོག་། ཅེས་པ། དཔེར་ན།  
 ས་ཡུལ་དུ་འགྲོ་མཁན་རྣམས་གྱིས་བཟང་བཟང་གི་བཅའ་ལག་མང་པོ་བྱིར་ཀྱང་། ཐོག་  
 མར་དོ་པོ་རྟུག་པ་སོགས་གྱི་དཀའ་ལས་ཆེ་བའི་ཁར། ལམ་དུ་རྟུན་མ་དང་ཕྱད་པའི་  
 ཆེ་ཐམས་ཙན་འཕྱགས་འགྲོ་ དེ་ལས་ཐོས་པ་ཅུང་བཟང་གནང་ནས་ས་ཡུལ་དུ་ཕེབས་  
 བ། རྟོག་ཁྲིས་བྱིར་བ་སོགས་གྱི་དཀའ་ལས་མེད་པ་དང་། རྟུན་པོ་ལ་སོགས་པ་སྟུས་  
 ཀྱང་ཐོས་པ་དེ་འཕྱག་མི་རྒྱས་བས་ནོར་གྱི་མཆོག་ཡིན། རྟུན་ཏུ་སྒྲིངས་པའི་དགྲ་  
 འཛམས་མཆོན་ཆ་ཡིན། ། ཞེས་པ། རྟུན་སྒྲིངས་གྱི་དགྲ་འཛམས་པ་ལ་ཐོས་པ་  
 འདི་མཆོན་ཆ་དང་འདྲ་བ་ཡིན། ཐབས་སྟུལ་མན་ངག་སྟོན་པས་གྲོགས་གྱི་  
 མཆོག་། ཅེས་པ་འདི་ཕྱི་རྟུན་ཏུ་དགོ་བའི་ཐབས་སྟུལ་མན་ངག་རྣམས་ཐོས་པའི་  
 གྲོགས་འདིས་སྟོན་པས་འདི་ནི་གྲོགས་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་གྲོགས་  
 གྱི་མཆོག་ཡིན། ཕྱངས་པར་གྱུར་ཀྱང་མི་འགྱུར་མཛའ་བོ་ཡིན། ། ཞེས་པ།  
 མཛའ་བོ་ཡིན་ཟེར་བ་འགའ་ཞིག་གིས་རང་ཕྱངས་པའི་ཆེ་པན་མི་ཐོགས་པ་ཡོད་  
 ཀྱང་། ཐོས་པའི་མཛའ་བོ་འདི་ནི་འགྱུར་ཕྱངས་ཇི་ལྟར་གྱུར་ཀྱང་མི་འགྱུར་བའི་  
 མཛའ་བོ་ཡིན། སྟོན་ཁམས་པ་ཞིག་ལ་དང་པོ་མཛའ་བོ་ཡིན་ཟེར་བ་མེད་ཀྱང་།  
 ཇེས་སོར་ཁོ་ལ་ཇ་ཕྱན་བུ་ཞིག་བྱུང་དུས་ཞང་པོ་སོགས་ཡིན་ཟེར་བ་བྱུང་བ་ན། ཁོས་  
 ཇ་དེ་དཔུལ་བར་གཏུགས་ནས། ཞང་པོ་མེད་པས་ཞང་པོ་བྱུང་། ཇ་སྤྱད་བྱོད་ལ་  
 ཕྱག་འཆའ་ལོ། ། ཞེས་སོགས་ལབ་པ་ལྟར། དེད་རང་རྣམས་ཀྱང་ཇེས་སོར་ཞང་



པོ་མེད་པས་ཁང་པོ་བྱང་། ། ཆོས་རྒྱུད་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། ཟེར་དགོས་པ་ཉྱ་བྱ་  
 ཞིག་མཛད་དགོས། གཞོད་པ་མེད་པ་ཐུང་ན་ནད་ཀྱི་སྒྲན། ། ཞེས་པས་ནད་གི་  
 དག་ཉེན་མོངས་ཀྱི་ནད་འཛོམས་པའི་སྒྲན་ཉྱ་བྱ་དང་། ཉེས་པ་ཆེན་པོའི་དཔུང་  
 འཛོམས་དཔུང་གི་མཆོག་། ཅེས་པ་ཕྱི་དག་ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྦྱོད་ཆེན་པོའི་  
 དཔུང་འཛོམས་པ་ལ་དཔུང་གི་མཆོག་དང་འདྲ་བར་བསྟན་པ་ཡིན་གསུངས། ཐོས་  
 པའི་རྗེས་འཕྲུག་སྐབ་པ་སྒྲིང་པོར་བྱེད། ། སྐྱེ་བའི་རྗེས་ལས་ཆོགས་རྒྱུད་ཐར་བར་  
 འགྱུར། ། ཞེས་པའི་རྗེས་འཕྲུག་ཅེས་པ་རྗེས་འབྲེལ་གྱི་དོན་ཡིན་པས་ཐོས་པ་རྣམ་  
 དག་ཞིག་བྱང་ན་དེའི་འབྲས་བུ་འཕྲུག་ཉྱ་བྱ་སྐབ་པ་སྒྲིང་པོར་བྱེད་པ་དེ་འབྲུང་  
 བ་ཡིན། རྗེས་འབྲེལ་དེ་མ་བྱུང་ན་ཐོས་པ་རིམ་ཐུས་ཀྱང་རྣམ་པར་མ་དག་པ་ཡིན།  
 སྐྱེ་བའི་རྗེས་ཞེས་པ་ཡང་། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་དང་བྲལ་ན་འཁོར་  
 བ་ལས་ཐར་ལ། མ་བྲལ་ན་མི་ཐར་བའི་གནད་ཀྱིས་ཕུང་པོ་འདི་ལ་སྐྱེ་བའི་རྗེས་  
 ས་མཆོམས་ཀྱི་རྗེས་དང་འདྲ་བར་བཤད་པ་ཡིན་གསུངས། བྱང་ས་ལས། ཁེངས་  
 པ་དང་ཆོས་དང་ཆོས་སྒྲིབ་པ་ལ་བྱུང་དུ་གསོད་པ་དང་བྲལ་ཞིང་ཞེས་སྐགས་ཀྱི་སྐབས།  
 སྒྲིབ་པ་ལས་རང་ཉིད་ཆོས་འཛིན་ཉེན་གང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་མཆོག་དུ་འཛིན་པ་དང་།  
 སྒྲིབ་པ་དང་རང་འདྲ་བར་འཛིན་པ་སྐགས་ཁེངས་པ་ཡིན། དེ་ནི་ཆོས་ཉན་པའི་སྦྱོན་  
 རྒྱུ་ཤོས་ཡིན། སྦྱོས་རབས་ལས། རབ་དུ་དང་ལ་དྲི་མེད་ཡིད། ། ཅེས་པ་ནི་དད་  
 པ་དང་མཆུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་རྟོག་པ་མེད་པའི་དྲང་པ་ཞིག་ལ་བྱེད། རྟོན་གྱི་སྦྱོན་  
 གསུམ་གྱི་ནང་ནས་དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྐབས་སུ་ཀྱན་སྦྱོང་སྦྱོན་ཆགས་པ་ཞེས་པའི་སྐབས།  
 བཀའ་གདམས་ཀྱི་བསྟན་རིམ་འགའ་ཞིག་དུ་རྟོན་གྱི་སྦྱོན་བཞི་གསུངས་ཏེ་རྟོན་གས་  
 ཆག་ཅན་གྱི་སྦྱོན། རྟོན་ཁ་འབྲེད་སྦྱོགས་པའི་སྦྱོན། རྟོན་ཁ་བྱུབ་པའམ་འབས་  
 རྟོན་པའི་སྦྱོན། རྟོན་དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྦྱོན་རྣམས་སོ། དེའི་དང་པོ་ནི། ཆོ་འདི་རྟོན་  
 བཀྱར་སྟན་གྱགས་སྐགས་འདོད་ནས་ཆོས་ཁྱུས་པ་སྟེ། དེ་ནི་རྟོན་གས་ཆག་ཅན་དུ་



བདུད་ཅི་ལ་སོགས་པ་སྒྲག་པ་ལྟར་པན་མི་སོགས། རྟེན་བཀྱར་སོགས་བྱང་བར་  
 སྒྲག་བཟུལ་གྱི་གཞི་ཡིན་ཏེ། དགེ་བཤེས་ཁམས་པ་ལྟང་པ་ལ་འཕན་ཡུལ་གྱི་ཆད་པོ་  
 ཞིག་གིས་བདག་ལ་ནོར་ལོངས་སྒྲིབ་ཡོད་ཀྱང་བྱ་དང་བྱ་མོ་མེད་པས་དགེ་བཤེས་པས་  
 དེད་ལ་བྱ་དང་བྱ་མོ་འབྱུང་བ་ཞིག་མཛད་དགོས་ཞུས་པས་དགེ་བཤེས་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་  
 བྱ་མེད་པ་དང་བྱ་མོ་མེད་པ་ལེགས་འདུག ། འཕན་ཡུལ་ལྟང་པའི་མི་ཐམས་ཅད་  
 ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་དང་བྱ་མོར་གྱུར་ཀྱང་དགའ་བྱ་མེད། ཁྱོད་སྒྲག་བཟུལ་ཁོ་ན་བྱེད་དགོས་  
 པ་ཞིག་ཡོང་གསུངས། དེ་ཅི་ལགས་ཞུས་པས། མི་འདི་རྣམས་ལ་ན་ཆད་དང་ཤི་ཆད་  
 རྒྱན་མི་འཆད། བྱ་དང་བྱ་མོ་ཤི་བ་རྒྱན་མི་འཆད་ན་པ་མ་དུ་བ་རྒྱན་མི་འཆད།  
 གསུངས་པ་ཡིན། རྟེན་བཀྱར་སོགས་འདོད་པ་དེའི་གཉེན་པོར་མི་རྟག་པ་ཡིད་ལ་  
 བྱེད་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉན། སྒྲིབ་ཁ་འབྲེད་ལ་སྒྲགས་པའི་སྒྲིབ་ནི། བྱི་མ་ལྷ་མའི་  
 དཔལ་འབྱོར་འདོད་ནས་ཆོས་ཉན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་སྒྲིབ་ཡོ་བས་ནང་དུ་  
 ཅི་སྒྲག་ཀྱང་གང་དུ་ཡོ་བ་དེ་ནས་བོ་འགོ་བ་བཞིན། འདི་ཡང་རང་གི་འདོད་པའི་  
 སྒྲགས་སུ་སོང་བ་ཡིན་པས་དེའི་གཉེན་པོར་ངེས་འབྱུང་སྒྲོམ་བཞིན་དུ་ཆོས་ཉན།  
 ངེས་འབྱུང་ཡང་མཁན་སྒྲོབ་ལས་རྟེན་དགོས་ཏེ། དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བས་ངའི་དོན་  
 གྱི་མཁན་པོ་རྩ་སྤྱོད་གི་དགེ་བསྟེན་ཆད་པོ་དེར་འདུག་གསུངས་པ་ན། འགའ་ཞིག་  
 ནས་བཀའ་གདམས་པ་ཆོས་རྒྱས་རྒྱུང་བས་དགེ་བསྟེན་ལ་མཁན་པོ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡང་  
 རྣང་ཟེར་བ་ལ། པོ་རྟོ་བས་དགེ་བསྟེན་མཁན་པོར་མི་རུང་བའི་ལྟང་ཁྱུངས་ཐམས་  
 ཅད་ཆོགས་སུ་གསུངས། འདི་རྣམས་ངེད་ཀྱིས་ཤེས་ཏེ། ངའི་ངེས་འབྱུང་གི་  
 བསམ་པ་འདི་འགྲོམ་དགེ་བསྟེན་ཆད་པོ་དེ་ཁོ་ནའི་དྲིན་ལས་སྒྲིས། འདུལ་བ་ལས།  
 ངེས་འབྱུང་གང་ལས་རྟེན་པ་དེ་མཁན་པོར་གསུངས་འདུག་པས་ངས་དོན་ལ་ཅིས་པ་  
 ཡིན་ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་མ་ཤེས་པར་འདུག་གསུངས། སྒྲིབ་ཁ་སྒྲབ་པའམ་ཞབས་རྟོལ་  
 བའི་སྒྲིབ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་ཆོས་སྒྲིབ་པའི་ངག་མི་བདེན་པར་འཛིན་



ཅིང་ཆོས་ཉན་པ་ཡིན། དེའི་གཉེན་པོར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་སྒྲུབ་  
 བཞིན་དུ་ཆོས་ཉན། སྔོན་དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྦྱོར་ནི། ཉན་རང་གི་གོ་འཕང་ཐོབ་འདོད་  
 རས་ཆོས་ཉན་པ་ཡིན། དེའི་གཉེན་པོར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་  
 ཏེ་ཆོས་ཉན་ན་ཀྱན་སྤོང་ནམ་དག་དུ་འགྲོ་བར་གསུངས་པ་ཡང་ཡོད། ལེགས་པར་  
 རབ་དུ་ཉོན་ལ་ཡིད་ལ་བབྱང་ཞིག་ཅེས་ཆོག་གསུམ་གསུངས་ཞེས་པའི་ཆོག་གསུམ་ནི།  
 དོན་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་སྟོན་པའི་ཆོག་རེ་ལ་ཆོག་དུ་ཅིས་པའི་ཆོག་གསུམ་གསུངས་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཏེ། ལེགས་པར་ཞེས་པས་སྔོན་དྲི་མ་ཅན་གྱི་སྦྱོར་སྤོང་ཚུལ་བཞུག། རབ་  
 དུ་ཉོན་ལ་ཞེས་པས་སྔོན་ཁ་སྤྱབ་ཀྱི་སྦྱོར་སྤོང་ཚུལ་བཞུག། ཡིད་ལ་བབྱང་ཞིག་ཅེས་  
 པས་སྔོན་ཞབས་དོལ་བའི་སྦྱོར་སྤོང་ཚུལ་བཞུག་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་བཞི་པ།

རྩོམ་པའི་ཞལ་ནས། ཆོ་ནོལ་ཡུན་ཐུང་ཤེས་བྱའི་ནམ་པ་མང་། ། ཆོ་ཡི་ཆད་ཀྱང་  
ཇི་ཅམ་མི་ཤེས་པས། ། རང་པས་ཁྱུ་ལས་འོ་མ་ལེན་པ་ལྟར། ། རང་གི་འདོད་པ་  
དང་དུ་བྲལ་བར་བྱ། ། ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲིན་འགྲོའི་གསུང་  
བཤད་སྦྱི་དང་། བྱད་པར་དུ་གཞན་ལས་རང་ཉིད་མགོ་གང་གིས་མཐོ་བ་དང་།  
གོམ་པ་གང་གིས་མཐོ་གསལ་པར་འདོད་ནས་སྒྲུབ་བྱས་པ་པལ་ཆར་དོན་མེད་དུ་སྤང་བ་  
ཡིན་པས། ད་ཕྱིན་ཆད་ཆོས་གསན་པའི་ཀུན་སྤྱང་གིས་གཙོས་ནམ་པ་ཀུན་དུ་ཆོ་  
འདོའི་ནམ་ཉོག་ངན་པ་དེ་ནམས་ཡིད་ལ་མ་འགྱུར་བར་བྱེད་དགོས་པ་ཡིན་གསུངས།  
དངོས་གཞིའི་སྐབས། རང་ལ་ནད་པ་ལྟ་བུའི་འདུ་ཤེས་བསྐྱེན་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ།  
དེ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཉོན་མོངས་པའི་ནད་ཆབས་ཆེན་གྱིས་ཟིན་པ་ཡིན་པས་  
ད་ལམ་ན་བ་ལ་ན་བར་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ནད་དེ་ཞི་བའི་ཐབས་ལ་སྒོ་སྒྲུབ་ཆོག་ས་  
ནས་འབད་ཚུལ་སྦྱེད་དགོས་པའི་དུས་ཡིན། དེ་ཉོན་མོངས་རྒྱུ་པ་ཡིན་ན་ཅུང་  
དྲག་མོད། ཉོན་མོངས་དེའི་དབང་གིས་ལས་སྒྲུབ་གསོག་པ་འདི་ལ་ངེས་པར་  
འཇིགས་པ་སྦྱི་བ་ཞིག་བྱེད་དགོས། ནད་དེ་ལས་ཐར་པ་ལ་སྤྲོན་པ་མཁས་པ་དག་  
བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་གདམས་ངག་ལ་ཉམས་ལེན་སྦྱང་པོར་བྱེད་པ་ཞིག་དགོས་པར་  
མདོ་སྡེ་ལས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱུད་ལས་ཀྱང་སྤྱོད་མའི་མཆན་ཉིད་དེ་འདྲ་ཞིག་  
དགོས་པར་གསུངས་ཏེ། འཇམ་དཔལ་མཆན་བརྗོད་ལས། བདེན་པར་སྤྱོད་ཞིང་  
ཆོག་མི་འགྱུར། ། ཇི་སྐད་སྤྲོས་པ་དེ་བཞིན་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་  
ཉོན་མོངས་པའི་ནད་དེ་ནི་ནད་ཐ་མལ་པ་ནམས་བསྦྱེད་པའི་རྒྱ་ཡང་ཡིན་ཏེ། སྤྲོན་  
གྱི་བཤད་རྒྱུད་ལས། ནད་ནམས་ཀུན་གྱི་རྒྱ་ནི་གཅིག་པོ་སྟེ། བདག་མེད་དོན་མ་



རྟོགས་པས་ལན་པ་ཡིན། ། ཞེས་སྟོང་ཉིད་མ་རྟོགས་པས་ལན་པར་གསུངས་ལ།  
 དེ་ཡང་མཐར་གཏུགས་ན་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ལ་ཐུག་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་ཉན་  
 མོངས་པའི་ནད་འཛོམས་ཕྱིར་སྒྲུན་པ་མཁས་པ་དང་འདྲ་བའི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་བཞེན་ནས། གདམས་ངག་སྒྲུན་དང་འདྲ་བར་བྱིན་པ་རྣམས་བརྟེན་པ་དང་།  
 སོགས་ཁོངས་ནས་འཛོན་པ་སྒྲོ་སྒྲུན་ངན་པས་སྒྲགས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཟེ་བར་མི་བྱེད་  
 པར་གཅེས་སྤྱས་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས། དེས་ཀྱང་མི་ཆོག་ནད་པས་སྒྲུན་གཏོང་བ་  
 བཞིན་དུ་གདམས་ངག་དེ་རྣམས་ཉམས་སྤྱངས་ཏེ་ཆགས་སོགས་ཀྱི་ཉན་མོངས་  
 པའི་ནད་རྣམས་འཛོམས་པར་བྱེད་དགོས་གསུངས། ཐོས་པའི་དོན་ལ་རུས་པ་དང་  
 བརྒྱན་པའི་ལག་ལེན་རེ་གནད་དུ་ཆེད། ། ཞེས་པའི་སྒྲུབས། ལག་ལེན་ཟེར་བ་  
 ཐག་རིང་པོ་ཞིག་དུ་ཡོད་ཀྱི་རང་གི་ཁ་རྩ་མིག་རྩ་མེད་པ་དེ་འདྲ་མིན། དཔེར་ན་སྟོན་  
 སྟོམ་པ་མ་སྤངས་པའི་བྱིམ་པ་ཞིག་ཆོས་ལ་སྒྲོ་སྒྲུགས་ནས་རབ་བྱུང་སྐབས། མཁན་པོ་  
 དེས་ཀྱང་ཆོ་ག་འདོག་ཐུབ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་བསྐབ་བྱ་རྣམས་ལེགས་པར་ངོ་སྤྱད་པ་  
 བ། དེས་ཀྱང་དེ་རུབ་སྒྲག་མ་གཡོས་པའམ། གཡོས་ཀྱང་དུན་ཤེས་བཞེན་ནས་ང་  
 རབ་དུ་བྱུང་བ་ཡིན་པས་དེ་མི་ཆོག་སྟམ་པ་བྱས་ན་དེ་ལ་ལག་ལེན་ཡིན། དེ་ཐམས་  
 ཅད་ལ་རིགས་འགྲེ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་ལག་ལེན་དེ་ཡང་ཡུན་བསྐངས་  
 བྱས་བྱེད་དགོས་ཀྱི། རབ་དུ་བྱུང་འཕལ་དང་བཞེན་པར་རྫོགས་འཕལ་དུ་བྱེད་  
 དགོས་ལ། དགོ་སྟོང་རྟིང་པ་སོགས་ཀྱིས་བྱེད་མི་དགོས་པའི་དེང་སང་གི་ལྷགས་  
 སྟོལ་འདི་འདྲ་བྱས་ན། མ་འགྲུངས་པར་དགོ་ལྷགས་པའི་དགོ་སྟོང་རྣམས་ཀྱང་།  
 ལྷག་ལྷང་པའི་དགོ་སྟོང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོང་བར་འདུག དེ་བས་ན་དང་པོ་ཉ་ཅང་གི་  
 གསར་འགྲོགས་ལྟ་བུ་མི་བྱེད་པར་ཡུན་རིང་བ་ཞིག་རང་ཨེ་ཡོང་བ་ལྟ་དགོས། དེ་  
 ལྟར་མ་བྱས་ན། སྤམ་ཁང་གིས། སྟོམ་མ་ཐག་ནས་སྟོལ་འདོད་བ། ། གཤོལ་ལ་  
 ཁད་ཀྱི་སྟེ་ལྟས་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་གསུངས། ལྷག་བསམ་



བསྐྱེད་པ་ལས། བདག་ནི་སྐྱབ་ཉམས་ད་ནི་ཅི་བྱ་ཞེས། ། འཆི་བའི་དུས་ཆེ་བྱིས་པ་  
 ལྟ་བུ་བྱེད། ། གཏིང་རྟེན་མ་གྱུར་ཤིན་ཏུ་སྐྱག་བསྐྱེད་འགྱུར། ། སྐྱེ་ལ་དགའ་བ་  
 ཉེས་པ་འདི་དག་གོ། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། སྐྱེ་ལ་དགའ་བའི་ཉེས་པ་ཞེས་པ་  
 འདི་དག་གིས་སྦྱིར་འདུ་འཛིན་གཏམ་ལ་དགའ་བའི་ཉེས་པ་བསྟན་ཀྱང་། གཙོ་བོ་  
 བྱི་སྐྱབ་པ་ལག་ལེན་དང་མ་འབྲེལ་བའི་ཁ་བཤད་ཀྱི་ཆོས་གཏམ་ཁོ་ན་སྐྱབ་པའི་ཉེས་པ་  
 ལྟོན་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྦྱིས་བྱ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་སྒྲུབ་  
 ཚུལ་གྱི་སྐབས་སྟེ། རྒྱལ་སྤྱོད་ཅོ་རྩེ་འཆང་གིས་སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་ཆད་མའི་སྦྱིས་བྱ་ལ་  
 བྱེད་གསུངས་ལ། མདོ་ལས་འཕགས་པའི་སྦྱོ་བོ་ཐམས་ཅད་སྦྱིས་བྱ་དམ་པར་བཤད་  
 པ་དང་། སྦྱིས་བྱ་ཆེན་པོ་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཡིན། འདི་ལ་སྤྱོད་མ་འགའ་ཞིག་  
 གིས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་སྦྱིས་བྱ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཞེས་པ་མ་དག་པ་ཡིན།  
 སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདུ་ཤེས་ཟེར་དགོས། དེ་ཡང་རང་གི་སྤྱོད་  
 མ་དེ་སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་ཡིན་དེ་ལ་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་འདུ་ཤེས་བསྟན་དགོས་པས་  
 དེའི་དོན་ཡིན་ཞེས་གསུང་བ་ཡོད་འདུག་ཀྱང་། རང་ལྷགས་ནི། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ལ་སྦྱིས་བྱ་དམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཞེས་པ་མ་དག་པ་ག་ནས་ཡིན། དེ་ཡང་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་དྲིན་དྲན་ནས་སངས་རྒྱུས་རྩེས་དྲན་སྒྲུབ་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། སྒྲུབ་  
 ཚུལ་ནི། སངས་རྒྱུས་དེ་བཀའ་དྲིན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ཆོས་ལྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་འདི་འདྲ་བའི་རྣམ་པར་ལྟོན་པ་ཡིན་ཨང་སྟམ་དུ་ལྟོན་པ་ཤུག་  
 ཐུབ་པའི་བཀའ་དྲིན་ལྷང་ལྷང་དྲན་དགོས་པ་ཡིན། དྲགས་པོ་དགེ་བཤེས་ཀྱི་ལམ་  
 རིམ་རྟགས་གསལ་མར་ཡང་དེ་ལྟར་གསུངས་འདུག འོ་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་དྲིན་དྲན་  
 པ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་གམ་ཞེ་ན། དེས་མི་ཆོག་དྲིན་བཟོ་དགོས། དེ་ཡང་ཆོས་ཉན་པ་  
 སོགས་ཀྱི་དགེ་ཙམ་ཅི་ཡོད་བསྟན་པ་རིང་དུ་གནས་པའི་རྒྱུར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་པའི་སྒྲོ་  
 བས་ཆོས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་རིང་དུ་གནས་པའི་འདུ་ཤེས་བཞག་པ་དེ་ག་སངས་རྒྱུས་ལ་དྲིན་



བཟོ་སྒྲུབ་པ་ཡིན་གསུངས། སྒྲུས་རབས་ལས། བདག་གི་སྤྱད་པ་ངན་པའི་  
 གཟུགས། ། ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་མཐོང་ན། ། ཡིད་ལ་གདུང་བ་རབ་སྒྲུས་ཏེ། །  
 བདག་ནི་ཆོས་ལ་སྒྲོགས་པར་འགྱུར། ། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ། རྩོན་བཙུག་ལྟ་  
 འདས་སྒྲོབ་པ་ལ་མ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་རྒྱལ་བུ་རྒྱ་བ་ཞེས་པར་འབྱུངས་པའི་ཆོ། སུ་  
 རྒྱ་སའི་བུ་ཞེས་བྱ་བ་མི་གསོན་པོ་བསད་ནས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། ལན་ཅིག་རྒྱལ་བུ་  
 སྤྱད་མོས་ཆལ་དུ་ཕེབས་པ་ན། བྲམ་བེ་ལེགས་པར་སྒྲུབ་ཞིག་འོངས་ཏེ་དེ་ལས་རྒྱལ་  
 བུས་ཆོས་ཉན་པའི་ཆོ། སྒྲོ་བུར་དུ་ཅ་ཅ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ཅི་ཡིན་ལྟར་བཅུག་པས་སུ་  
 སའི་བུ་འོངས་པར་ཤེས་ནས། ཆབ་སྒྲོལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སུ་སའི་བུ་རྒྱུ་བྱ་བ་མི་བྱ་བ་  
 འདིར་འཇིགས་བཞིན་དུ་མཆོས་ཏེ། ཉ་དང་སྤང་པོ་ཆེ་དང་ཤིང་ཉ་དང་དམག་མི་  
 མང་པོའི་དཔུང་ཡང་བྱེད་བར་འགྱུར་ཞིང་མཆོས་ན། དེ་ལས་ཅི་ལེགས་པར་མཛད་  
 ཅིང་བཀའ་བསྐྱོས་མཛད་པའི་དུས་ལ་བབ་སོ་ཞུས་པ་ན་དེ་དགེས་བཞིན་དུ་བཅུན་མོ་  
 སོགས་ཀྱིས་བཀག་ཀྱང་མ་གསན་པར་ཅ་ཅ་ཆེན་པོ་གང་ན་ཡོད་པ་དེར་བྱོན་བས།  
 ཁོ་ཁོས་ཏེ་རལ་བྱི་དང་ཕུབ་འཕྱར་ཞིང་རྒྱལ་པོའི་དཔུང་གི་རྗེས་སུ་བསྐྱོད་པ་  
 གཟིགས་ནས་འཇིགས་པ་དང་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་བུ་རྒྱ་བ་ང་ཡིན་ཏེ་ང་འདིར་ཡོད་  
 པས་ཚུར་ཤོག་ཅིག་གསུངས་པ་ན། ཁོ་ཡང་ཚུར་ལོག་སྟེ། ང་ལ་ཡང་སྤྱད་ཉིད་  
 དགོས་སོ་བེད་ནས་བཟུགས་ཏེ་འོངས་ནས་རྒྱལ་སྤྱི་བུ་རྒྱ་བ་ཕྱག་པ་ལ་བསྐྱོན་ཏེ་བྲོས་  
 བས། ཁོ་རང་གི་གནས་མིའི་ཀོང་རུས་མང་པོས་གང་བ། ས་གཞི་དམར་བ། རྩེ་  
 རྒྱུང་ལ་སོགས་པའི་གཅན་གཟན་གདུག་པ་ཅན་དང་བྱ་མོད་དང་ཁྲ་ཏ་ལ་སོགས་པའི་  
 རྒྱ་མི་སྟན་པ། རོ་སྟོག་པའི་དུད་པས་མདོག་ནག་པོར་གྱུར་པ་མང་པ་སོགས་  
 འཇིགས་སུ་རུང་བ་དེའི་ནང་དུ་རྒྱལ་སྤྱི་བུ་རྒྱ་བ་བཞག་སྟེ། དེའི་བྱད་གཟུགས་  
 བཟང་པོ་ལ་ཆགས་ནས་མིག་བཟང་དེ་ལྟ་ཞིང་ངལ་གསོ་བར་བྱེད། དེའི་ཆོ་རྒྱལ་  
 སྤྱི་བུ་རྒྱ་བས་སྤྱད་མོས་ཆལ་དུ་བྲམ་བེ་ལེགས་པར་སྒྲུབ་པ་དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་འབྲུལ་རྒྱ་མ་



བྱང་སྒྲུལ་དུ་དགོངས་ནས་སྒྱུར་ཆབ་ཤོར། དེ་ནས་སུ་ཡུ་སའི་བྱུང་ཁྱེད་ཅུང་ཞིག་  
 སྤྲོད་ཅིག ཁྱེད་རྒྱལ་བྱ་ལྷ་བ་ཞེས་སྤྱོད་བཟླ་པའི་ཚད་དུ་གྲགས་པ་ལ། ངས་བཟུང་  
 བའི་ཆེ་མཆེ་མ་འཆར་བར་ཡ་རེ་མཆན། ཉམས་ཉེས་བྱང་ན་སྤྱོད་བཟླ་པོ་དོན་མེད་  
 དུ་འགྱུར། བྱང་ན་བྱང་ན་ཐོས་པས་མི་ཕན། བརྟེན་ན་གཡོ་བར་མི་འགྱུར་བ་གང་  
 ཡང་མེད་ཟེར་བ་དེ་བདེན་པར་སྤང་། དེ་བས་ན་ཁྱེད་དྲང་པོར་སྦྱོས་ཤིག ངས་  
 བསད་དོགས་པའམ། གཉེན་བཤེས་དང་བཅུན་མོ་དང་བྱ་དང་ཕ་མ་དང་བྲལ་  
 དོགས་ནས་ཁྱེད་མཆེ་མ་བྱང་ངམ་གང་ཡིན་དྲང་པོར་སྦྱོས་ཤིག་ཟེར་བས། རྒྱལ་  
 སྐུ་དེས་དེའི་ལན་དྲང་པོ་གསུངས་ནས་ངས་བྲམ་ཟེ་དེ་ལ་ཡོན་ལྷན་ནས་སྤྲོད་  
 རང་གི་ཚར་སྤྱོད་ཡོང་། དེའི་བར་ང་གཏོང་གྲགས་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པ་ན། ཁོས་  
 ཁྱེད་གྱིས་ངའི་ཚམ་སྦྱས་ཀྱང་མི་བདེན་ཏེ་འཆི་བདག་གི་ཁ་ནས་ལན་ཅིག་ཐར་བར་  
 སྤྲོད་བསམ་བཞིན་དུ་འཆི་བདག་གི་དྲང་དུ་སུ་ཞིག་ཡོང་ཞེས་སྐྱབས་ཟེར་བ་ལ།  
 ངའི་ཆོག་གིས་སྤྲོད་འོང་ངོ་ཞེས་ཁས་མ་སྤངས་སམ་ང་ནི་བྱ་ལྷ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡིན་ཏེ་  
 བདེན་པ་སྦྱོག་དང་འདྲ་བར་མི་འདོར་རོ་ཞེས་གསུངས་པ་ན། ཁོ་ཡིད་མི་ཆེས་  
 བཞིན་དུ་ཉམས་སད་པའི་ཕྱིར་འོ་ན་སོང་ཞིག་ཁྱེད་བདེན་པར་ཁས་འཆེས་པ་ལྟོ།  
 སོང་ལ་བྲམ་ཟེ་དེ་ཅི་འདོད་པ་བྱོས་ལ་སྤྲོད་ཀྱང་དུ་ཤོག་ཅིག ང་ཡང་ཁྱེད་སྤྱོད་པའི་  
 མེ་ལྟ་གོན་བྱེད་ཅིང་སྤྲོད་དོ། ཅས་ཟེར་རོ། དེ་ནས་རང་གི་བྱིས་དུ་བྱོན་ཏེ་བྲམ་ཟེ་  
 དེ་ལ་ཆོགས་བཅད་བཞིའི་ཡོན་དུ་གསེར་སྤང་བཞི་སྟོང་བྱིན། དེ་ནས་ཡབ་གྱིས་  
 ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་བཀག་ཀྱང་མ་གསན་པར་སུ་ཡུ་སའི་བྱུང་སར་ཕེབས་པ་ན།  
 ཁོས་རྒྱང་རིང་པོ་ནས་མཐོང་སྟེ་ཡ་མཆན་པར་གྱུར། དེ་ནས་ད་ཟོ་ཞིག་གསུངས་པ་  
 ཅན། ཟ་བའི་དུས་ང་རང་གིས་ཤེས། ད་ལྟ་མི་ལ་དུད་པ་མང་དུ་འདུག་པས་དུ་བ་  
 ཅན་གྱི་མི་ལ་ཤ་བསྤེགས་ན་ཤ་ཡང་དུ་བྱི་དང་བཅས་ཤིང་མི་ཞིམ་པར་འགྱུར་བས་རེ་  
 ཞིག་བྲམ་ཟེ་དེས་སྦྱས་པ་དེ་ང་ལ་སྟོན་ཅིག་ཅས་ཟེར་བ་ན། བྲམ་ཟེའི་ལེགས་བཤད་



དེ་ཆོས་དང་ཆོས་མ་ཡིན་པའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས། སྤྱི་པོ་ལས་  
 གྲུང་སྤྱོད་ཚུལ་ངན་པ་ཁྱོད་ལ་ཐོས་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཅི་ཞིག་བྱ་ཞེས་གསུངས་པས་  
 ཁོས་དེ་མ་བཟོད་ནས་སྤྱར་ཡང་། ཁྱོད་ཅུང་ཞིག་རྒྱུད་ཅིག་ ཁྱོད་རང་རྒྱལ་པོ་  
 རྣམས་གྲུང་མཆོན་ཆ་ཐོགས་ཏེ་རི་དྲགས་གསོད་པ་དེ་ཆོས་དང་འགལ་བ་ཡིན་ཟེར།  
 རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལན་དུ། རི་དྲགས་གསོད་པའི་རྒྱལ་པོ་རྣམས་གྲུང་ཆོས་དང་  
 འགལ་བ་ཡིན་མོད། མི་ཤ་བཟ་བ་དེ་བས་གྲུང་སྤྱོད་དེ་མི་རི་དྲགས་ལས་རིགས་མཐོ་  
 བས་དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཤི་བའི་ཤ་ཡང་ཟར་མི་རུང་ན། ཟས་ཀྱི་ཕྱིར་དུ་གསོད་པ་ག་  
 ལ་རུང་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་སྤྱི་པོ་སའི་བྱས་ཁྱོད་ངའི་རྒྱུད་དུ་འོང་བ་འདི་ཁྱོད་  
 གཞུང་ལྷགས་ཀྱི་ཚུལ་ལ་མི་མཁས་སོ་ཟེར་བ་ལ། ངས་བདེན་པའི་ཆོག་བསྟུང་བའི་  
 ཕྱིར་འདིར་འོངས་པས་ང་ཉིད་གཞུང་ལྷགས་ལ་མཁས་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་ཁོས་  
 མི་གཞན་རྣམས་ངའི་དབང་དུ་གྱུར་ན་སྤྱོད་ ཁྱོད་ནི་དཔལ་བཟོན་དལ་གྱིས་མ་  
 བཏང་བས། ཁྱོད་འཆི་བས་འཇིགས་པ་མེད་པ་འདྲ་ཟེར་བ་ལ། རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟ་  
 མི་རྣམས་ཞིག་པ་བྱས་པར་འགྱོད་པར་འགྱུར། ངས་ནི་ཞིག་པའི་ལས་བྱས་པར་མི་  
 དྲན་པས་དེའི་ཕྱིར་འཇིགས་པ་མེད་དོ། དེ་བས་ད་མཆོད་སྤྱོད་བྱེད་དོ་ཟེ་ཞིག་ཅས་  
 གསུངས་པས། ཁོ་དང་པ་སྤྱོད་ནས་མིག་མཆི་མས་གང་། ལུས་ཀྱི་བ་སྤྱོད་ལྟ་  
 ཞིག་པའི་རང་བཞིན་བཟོད་ནས། གུས་པར་བཏྲས་ཏེ། ཁྱོད་ལྟ་བུ་ལ་ཤེས་བཞིན་  
 དུ་ཞིག་པ་བྱེད་པ་ནི་མི་ཟད་པའི་དུག་འཁྲུང་བ་ཡིན་པས། དེ་བས་ཁྱོད་གྱིས་བྲམ་ཟེ་  
 ལེགས་པར་སྤྱོད་པ་དེ་བདག་ལ་བཏྲན་དུ་གསོལ་ཞེས་སོགས་དང་། བདག་གི་སྤྱོད་  
 པ་ངན་པའི་གཟུགས། ། ཞེས་སོགས་གོང་གི་ཆོགས་བཅད་འདི་ཡང་སྤྱོད་པ་ན།  
 རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་  
 འདུག ། དུལ་བའི་དཔལ་ནི་རྣམ་པར་བསྐྱེད། དགའ་དང་ལྡན་པའི་མིག་གིས་  
 བཏྲ། ། ཆོག་གི་བདུད་ཅི་འཁྲུང་བ་བཞིན། ། གུས་པ་བསྐྱེད་ཅིང་ཅི་གཅིག་



བདུད། ། རབ་དུ་དང་ལ་དྲི་མེད་ཡིད། ། ཉན་པས་སྒྲན་པའི་ཆོག་མཉན་  
 བཞིན། ། རིམ་གྱི་བསྐྱེད་དེ་ཆོས་ཉོན་ཅིག ། ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་སྤྱད་སའི་  
 བྱས་རྒྱུ་ལེབ་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་སྤྱང་དུ་ཁོ་རང་གི་སྤྱད་གཡོགས་བཏིང་། དེ་ལ་རྒྱལ་  
 སྤྱས་སྒྲ་བ་བཞུགས་སུ་བཅུག ། ཁོ་རང་དེའི་མདུན་དུ་བསྐྱེད་ནས་ཞལ་རས་ལ་  
 བཞུགས་ཏེ་འཕགས་པ་དག་གསུངས་ཤིག་ཟེར་རོ། དེ་ནས་རྒྱལ་སྤྱས་སྒྲ་བས། དམ་པ་  
 དག་དང་ལན་ཅིག་ཙམ། ། རི་ལྟར་འདོད་པར་འཕྲད་ཀྱང་རུང་། ། འདྲིས་པར་བྱ་  
 བམི་དགོས་པར། ། རབ་དུ་བརྟན་པ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ། དམ་པ་ནམས་ནི་སྤྱས་  
 ཀྱང་མི་བསྐྱེད་རོ། ། དུལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དགེ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱ། ། གང་དང་ཉེ་ན་  
 དེ་ཡིས་ཡོན་ཏན་རྒྱལ། ། ཆེད་དུ་མ་བསྐྱོས་པར་ཡང་འགོས་པར་འགྱུར། ། ཉན་  
 མཁའ་དང་ནི་ས་གཞིའི་བར་ཡང་རིང་། ། རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་ཚུ་རོལ་འགམ་ཡང་  
 རིང་། ། ཤར་རུབ་གཉིས་ཀྱི་རི་བར་དེ་བས་རིང་། ། ཕལ་དང་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱང་  
 དེ་བས་རིང་། ཞེས་གསུངས་པས་ཁོ་དགའ་ནས་ད་ཁྱོད་ལ་དྲིན་ལན་གསལ་པའི་  
 ཕྱིར་དམ་པ་ཞིག་འབུལ་བས་ཅི་བཞེད་བཀའ་སྒྲུལ་དུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་པས། རང་  
 དབང་རང་ལ་མེད་པ་མི་རིགས་པ་འབའ་ཞིག་བྱེད་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་དམ་པ་རི་  
 ལྟར་སྤྱོད་གསུངས་པས། དེ་ནས་ཁོ་ཙོ་ཆོ་ཞིང་། ཅེས་ཀྱང་དམ་པ་འབུལ་བས་ཅི་  
 བཞེད་པ་གསུང་ཤིག་ཟེར། འོ་ན་བདེན་པའི་བརྒྱལ་ཞུགས་ལོང་། སེམས་ཅན་  
 གསོད་པ་སྤྱོད་། བཙོན་དུ་བཟུང་བ་མ་ལུས་ཐོངས། མི་ཤ་བ་བ་སྤྱོད་། དམ་པ་  
 འདི་བཞི་སྐྱེན་པར་གྱིས་གསུངས་པ་ན། དམ་པ་སྤྱུ་མ་གསུམ་འབུལ། དམ་པ་བཞི་  
 པ་ལ་གཞན་ཞིག་སྤྱང་དུ་གསོལ། བདག་མི་ཤ་བ་བ་སྤྱོད་མི་རུས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱོད་  
 ཉན་མ་མཐོན་ནམ་ཟེར་བ་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་གཞན་ལ་དམ་པ་སྐྱེན་མི་རུས་ཞེས་ངས་མ་  
 སྤྱོད་སམ། མི་ཤ་བས་ན་མི་གསོད་པ་ལས་འོས་མེད། དམ་པ་དང་པོ་སྤྱོད་གཙོད་  
 སྤྱོད་བདེ་རི་ལྟར་སྐྱེན་གསུངས་པས། ཁོས་སྤྱར་ཡང་དེ་མི་རུས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཞུས་



ཀྱང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ཐབས་མཁས་ཀྱིས་སྤྱོད་མི་ཤི་བ་བར་དམ་བཅས་ནས་  
 སྤྱད་སའི་བྱ་རྒྱལ་སྤྱོད་ལ་འགོད་པར་མཛད་པ་ཡིན། སྤྱོད་རབས་རང་དུ་གོང་གི་  
 ཚིག་འདིར། བདག་གི་སྤྱོད་པ་ངན་པའི་གཟུགས། ། ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་མཐོང་  
 བས། ། ཡིད་ལ་གདུང་བ་རབ་སྤྱོད་ཏེ། ། བདག་ནི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པར་གྱུར་ཞེས་  
 འདས་ཚིག་དུ་ཡོད་ཀྱང་རྗེ་རིན་པོ་ཆོས་ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་དུ་དགོས་དབང་གིས།  
 ཆོས་ཀྱི་མེ་ལོང་གསལ་མཐོང་ན། ། ཞེས་དང་། བདག་ནི་ཆོས་ལ་སྤྱོད་པར་  
 འགྱུར། ཞེས་མཐོངས་པའི་ཚིག་དུ་བསྒྱུར་བར་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། མཛོད་  
 ལས། ཆོས་སྤྱོད་ཉོན་མོངས་ཅན་མིན་པས། ། མདོ་སྒྲུབ་ཡང་དག་ཅི་བཞིན་  
 ཉོན། ། ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ། རྟེན་བཀྱར་སྒྲུབ་འདོད་པས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱེད་ཏེ་ཆོས་འཆད་ན་རང་ལ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཡོད་ན་དེ་ཡང་ཉམས་འགྲོ་བ་  
 ཡིན། ཟང་ཟིང་མེད་པའི་ཆོས་སྤྱོད་ནི། དཔེ་ཆ་སྤྱོད་བ་དང་། འདོན་པ་སྤྱོད་  
 བཅས་སུ་འདོན་པ་སྒྲུབ་ཀྱི་ཆེ། རང་གི་མཐའ་སྐྱོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 མིའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་སྤྱོད་ཤིག་གི་ཡོད་པར་མོས་ནས། སེམས་ཅན་འདི་ཐམས་ཅད་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ལ་འགོད་པའི་ཆེད་དུ་ངས་ཆོས་སྤྱོད་འདི་ལྟར་བྱེད་སྟམ་པ་བྱས་  
 བས་དེ་རྣམས་ལ་ཆོས་བསྟན་པས་རྒྱུད་སྤྱོད་ཅིང་གོལ་བར་བསམས། མཇུག་དུ་བསྐྱོ་  
 སྤྱོད་དེ་ཡང་བྱེད་དགོས་གསུངས། རྟེན་བཀྱར་སྒྲུབ་ལ་བལྟ་བའི་ཟང་ཟིང་མེད་  
 པའི་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་བྱིན་པ་ལ་ཕན་ཡོན་ནི་ཤུ་བ་ཆན་པ་གཅིས་འབྱུང་བར་ལྷག་  
 བསམ་བསྐྱེད་པ་ལས་གསུངས་ལ་ཞེས་པའི་སྐབས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་ལྷག་བསམ་  
 བསྐྱེད་པའི་མདོའི་ཁྱད་སྤངས་དང་བཅས་ནི་ཤུ་བ་ཆན་པ་གཅིག་གསུངས་འདུག་པ་ལམ་  
 རིམ་མཆན་མར་སོ་སོར་བཀྱལ་ནས་རྣམ་སྤྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་དུག བདག་འབྲས་བཞི།  
 རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་དུག བལ་འབྲས་གཅིག་ཉི་ཤུ་གསུངས་འདུག་གསུངས།  
 གཞན་མཐོ་བར་འདོད་པའི་ཕྱག་དོག་དང་ཞེས་པའི་ཕྱག་དོག་ནི། རང་གིས་སྤྱོད་



མ་ལ་ཇི་བཞིན་བཤད་ན་སློབ་མ་དེ་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་སྟགས་ཡོན་ཏན་འདི་དང་འདིའི་  
 སྟོན་ས་ང་ལས་ལྟག་པ་ཞིག་བྱང་ན་མི་ཡོང་བར་འདུག་སྟུང་དུ་སློབ་མ་ལ་ཕྱག་དོག་  
 བྱེད་པ་གཙོ་བོར་བཤད་པ་ཡིན་གསུངས། རང་གཞན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་  
 ཕྱིར་དུ་བསྟན་པའི་བསོད་ནམས་དེ་ཉིད་བདག་གི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱེད་དོ་སྟུང་དུ་བསམ་  
 པའོ། ཞེས་པའི་སྐབས། ཆོས་བཤད་ཀྱང་རྟེན་བཀྱར་སྟགས་མ་གྲུབ་ན། དེ་ལ་མ་  
 བྱང་སྟུང་པ་མི་བྱེད་པར། ད་ལྟ་བདག་ལ་རྟེན་པ་མ་བྱང་ཡང་། ངས་རང་དང་  
 སློབ་མ་སྟགས་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་ཆོས་བསྟན་པའི་བསོད་ནམས་དེ་ཉིད་ནི་  
 བདག་ལ་འདོད་རྒྱུ་མ་ལུས་པ་སྟེར་བར་བྱེད་པས་བདག་གི་བདེ་བའི་ཡོ་བྱེད་སྟུང་  
 མེད་པའོ་སྟུང་དུ་དགའ་བ་སྟོམ་དགོས། འདི་ལ་ཀེའུ་ཆང་གནས་སྟུང་མ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་  
 མཆོད་བང་ཕྱག་ནས་ནན་ཏན་ཆེན་པོས་ཡང་ཡང་གསུང་གིན་ཡོད་དེ་དགོངས་དག་  
 པར་སྟང་། སློབ་གཉེར་བ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་སློབ་གཉེར་བྱས་པ་དེ་བདེ་བའི་ཡོ་བྱེད་  
 ཡིན་པར་བསམ་དགོས་གསུངས། ཆོས་འཆད་པའི་ཆེ་གོས་གཙང་མ་བགོས་ཞེས་  
 པའི་གཙང་མ་ནི་གསར་པ་ཅུ་ལ་མི་བྱེད། ཚུལ་བྱིམས་ཉམས་པ་དང་དམ་ཆོག་  
 ཉམས་པས་གྱུན་པ་དང་། དེ་དག་གི་ལག་ནས་བྱང་བ་སྟགས་མི་གཙང་བ་ཡིན།  
 སྟེས་བྱ་དམ་པའི་ན་བཟང་སྟགས་སྟང་པ་ཡིན་ཀྱང་གཙང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སློབ་  
 དཔོན་གྱིས་ཆོས་འཆད་པའི་ཆེ་སློབ་མའི་ཀྱན་སྦྱོད་ལ་བརྟེན་ནས་སྟུང་མ་ལ་ཉེས་བྱས་  
 སྟེ་ཚུལ་ནི། པཎ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མཛད་པའི་འདུལ་བའི་  
 སྟོམ་ཆོག་ལས། འདུག་བཤེད་ཉལ་སྟན་མཐོ་བཟང་མདུན་ལམ་དབུས། ། མགོ་  
 གཡོགས་ཇེས་གཟར་ལག་གཉིས་གཉའ་ལྟག་བསྟོལ། ། རོ་ཀེར་ཅན་དང་ལྷ་གྱུན་  
 ཅོད་པཎ་དང་། ། འཕྲེང་བ་བཅིངས་དང་ཐོད་དཀྱིས་ཏྲ་སྟང་ཞོན། ། ཁྱོགས་ལྷུ་  
 མཁར་གདུགས་མཆོན་རལ་དག་ཆ་སྟགས། ། གོ་ཆ་གྱུན་པ་ནམས་ལ་ཆོས་བཤད་  
 པ། ། དག་ལ་ཉེས་བྱས་བྱུག་ལྟག་བཅུ་ཕྱག་གཉིས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉེས་



བྱས་ཉེར་དུག་སྒྲིབ་ཡོད། དེ་ཡང་ཆོས་འཆད་པ་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྔོན་གྱི་ཕྱག་སྒྲུབ་  
 རྣམ་དག་མ་ཉམས་པར་མཛད་པ་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ་བ་ཡོད་པས་ཅི་ནས་ཀྱང་ཕྱག་  
 ལེན་དུ་ཐེབས་པར་མཛད་དགོས་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་གསུང་པར་མཛད། དེ་  
 ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱིས་ཆོས་བཤད་ཅིང་ཉན་ན་ཐུན་རེ་ཅམ་ལ་ཡང་ཇི་སྐད་གསུངས་པའི་  
 སུ་ཡོན་རྣམས་གདོན་མི་བྱ་བར་འབྱུང་ལ་ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས། ཆོས་ཀྱི་མཐུག་  
 ཏུ་དམ་ཆོས་འཛིན་པའི་སྔོན་ལམ་ཞི་ཐག་པ་ནས་བཏབ་ན། ཆོས་སྒྲུབ་པ་པོ་ལ་ཡང་ཇི་  
 སྐད་བཤད་པའི་ཆོས་བསྟན་པའི་སུ་ཡོན་རྣམས་མ་ཆང་བ་མེད་པར་འབྱུང་ལ།  
 ཆོས་ཉན་པ་པོ་ལ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། དེ་ལྟར་ཆོས་ཉན་བཤད་འདི་གནད་དུ་སོང་ན་  
 བྱི་ལག་ལེན་སྒྲུབ་ཀྱང་གནད་དུ་འགྲོ་ལ། དེ་མིན་ན་ཆོས་མང་དུ་ཉན་ཀྱང་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་ལ་ཕྱག་པའི་ཆེ་ཆོས་ཀྱིས་ཕོངས་པ་ཞིག་འོང་སྟེ། ཇི་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་  
 ཐོར་བུའི་ནང་གི་རིན་པོ་ཆེ་གསུམ་གྱི་གཏམ་གྱི་སྦྱར་བ་ལས། མང་དུ་ཐོས་ཀྱང་ཆོས་  
 ཀྱི་ཕོངས་པ་ནི། ། གསུང་རབ་གདམས་པར་ཤར་བ་མེད་པས་ནོངས། ། ཞེས་  
 གསུངས། ཆོས་འཆད་པའི་ཆེ་ཡང་གདུལ་བུའི་སྟོང་འཆམས་པར་གོ་རིམ་ལགས་  
 པར་བསྒྲིགས་ནས་བྲིད་ཚུལ་ལ་མཁས་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། སྔོན་རྒྱ་གར་དུ་སྤང་པོ་ཆེའི་རོ་  
 ཞིག་གི་ཤ་རྣམས་བྱ་བྱི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐོས་ཐེན་ཀྱང་། རུས་པའི་སྒྲིམ་ལ་ལྷགས་པ་  
 གཡོགས་ནས་མ་ཞིག་པར་ཡོད་པའི་ནང་དུ། བཅུན་པ་ཞིག་གིས་སྒྲིམ་པས་སྟོང་  
 ཉིད་ཉོགས། མཆན་ཡང་སྟོབ་དཔོན་སྤང་པོ་ཆེའི་ཀོ་བ་པ་ཞེས་གྲགས་པ་ན། ཡུལ་  
 དེའི་ཆོས་རྒྱལ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་སྤྱེ་མཆོད་དུ་སྦྱར་དངས། དེར་སྟོབ་དཔོན་གྱིས་སྟོང་  
 ཉིད་ཁོ་ན་བསྟན་པས། རྒྱལ་པོའི་སེམས་ལ་འདིས་མངོན་སུམ་དུ་ཡོད་པ་རྣམས་  
 ཀྱང་མེད་རང་ཟེར་ལྷགས་ལ་བཏུས་ན། ལུ་ཉོགས་གཅེར་བུ་བ་ལྟ་བུའི་ཆད་ལྟ་ཞིག་  
 ནང་པའི་སྟོབ་དཔོན་དུ་བརྟུན་པ་ཡོན་འདུག་པས། འདི་བཞག་ན་ངའི་མངའ་  
 འབངས་རྣམས་ལ་དགེ་བཅུའི་བྲིམས་དར་བར་མི་འདུག་སྟམ་ནས་སྟོབ་དཔོན་གྱི་



མགུལ་བཅད་དེ་བཀོངས། དེ་ནས་སློབ་དཔོན་གཞན་ཞིག་བཞུན་པས། དེས་ང་  
 བྱི་འདྲོད་པ་ལ་མི་དགའ། བྱི་འདྲོད་པ་ལ་དགེས་པས་ངས་བྱི་ཀྱི་སྒྲ་མཚོད་མི་  
 ཡོང་། ཞེས་པ་ལ་སོགས་པ་འདྲོད་པའི་ཉེས་དམིགས་བཞུན་པ་ནས་བཟུང་རིམ་  
 གྱིས་བྲིད་ནས་མཐར་སྟོང་ཉིད་བཞུན་པས་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས། སྤར་གྱི་  
 སློབ་དཔོན་བསད་པ་ལ་འགྱོད་པ་དྲག་པོ་སྦྱེས་ཏེ་བཤགས་པ་བྱས་པས། སློབ་  
 དཔོན་སྤང་པོ་ཆེའི་ཀོ་བ་ལ་དེ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་རྒྱལ་པོའི་མི་ལམ་དུ་  
 ཕྱོན་ནས་བྱི་དེ་ཅམ་དུ་འགྱོད་ན་སྤང་པོ་ཆེའི་ཀོ་བ་ལ་ངའི་སྐྱེ་འབག་བྲིས་ལ་ཞིག་པ་  
 སྦྱང་གསུངས་པས་རྒྱལ་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་ཞིག་སྦྱོབ་དག་པའི་རྟགས་མ་བྱང་གི་  
 བར་དུ་བཤགས་པ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་སློབ་དཔོན་དེ་གཉིས་གས་སྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་ཀྱང་། གདུལ་བྱ་ལམ་ལ་འབྲིང་མཁས་མིན་གྱི་དབང་གིས་རང་གཞན་ལ་  
 ཕན་གཞོད་དེ་ལྟར་བྱང་བ་ཡིན་པས་བྲིད་ཚུལ་མཁས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། ལོ་རྒྱུས་  
 འདི་ཙམ་པོས་རྒྱ་གར་ནས་བསྐྱམས་ཏེ་རྒྱལ་འབྱོར་དགོན་པ་ལ་གསུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་  
 ཁུངས་དག་ཡིན་གསུངས། སྤའོ་རྒྱན་དུ་བཅགས་པ་རེ་བྱེད་པ་ཡང་མེད་དེ་ཞེས་  
 པའི་དོན་དཔེར་ན་བྱགས་རྩེ་ཆེ་ཞེས་པ་ལྟ་བུའི་སྤང་ཆ་ལེགས་པ་ཞིག་ཀྱང་བྱེད་མི་  
 ཤེས་པའི་དོན་ཡིན་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་ལྔ་པ།

སྤྱད་པ་ལས། རྒྱལ་བ་འདས་དང་མ་བྱོན་ད་ལྟར་གང་བཞུགས་པ། ། ཀུན་ལམ་པ་རོལ་བྱེན་པ་འདི་ཡིན་གཞན་མ་ཡིན། ། ཞེས་སྐགས་ཀྱི་ལུང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་དང་། ལམ་རིམ་འདིའི་ཞི་གནས་ཡན་གྱིས་ཤེར་བྱེན་གྱི་མདོའི་སྤྲས་དོན་མདོན་རྟོགས་དང་། ལྷག་མཐོང་གིས་དངོས་བསྟན་སྟོང་ཉིད་སྟོན་པ་ཡིན། སྒྲོབ་མ་ཇི་ལྟར་བཀྱི་བའི་རིམ་པ་ཞེས་པ་ནི་བྲིད་པའི་རིམ་པ་ཟེར་བའི་དོན་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་རྩོམས་གཞུང་ལམ་སྒྲོན་འདིའི་སྒྲོན་སྐུ་གདུལ་བྱ་རྣམས་རང་གང་དུ་གཤེགས་པའི་ལམ་ལ་བྲིད་པ་ཡིན་པས་དེར་ལེགས་པར་འགྲོ་དགོས། འགྲོ་བ་ལ་ཡང་སྤྲ་རགས་མང་དུ་ཡོད་པས་སྤྲ་ཅིག་སྤྲ་མ་ནས་བྱི་མར་འགྲོ་བ་སྤྲ་མོ་དང་། གོམ་པ་སྤྲ་མ་ནས་བྱི་མར་འགྲོ་བ་དང་། སྒྱེ་བ་སྤྲ་མ་ནས་བྱི་མར་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་འགྲོ་བ་རགས་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་ད་རེས་ཉེན་བཟང་འདི་འདྲ་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་བསོད་ནམས་གསོག་དགོས། དེ་ཡང་ཞིང་ཁྱད་པར་ཅན་སྤྲ་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་བཞེན་ནས་གསོག་དགོས་ཏེ། དེ་ནི་ཡན་ཡོན་ཆེ་བར་མཛོད་ལས། མཐོང་ཆོས་འབྲས་བུ་ཅན་གྱི་ལས། ། ཞིང་དང་བསམ་པའི་ཁྱད་པར་ལས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། དགེ་བཤེས་སྟོན་པའི་ཞལ་ནས། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྲ་མ་བྱ་བ་བཤད་པ་ན་འབྲམས་སྤྲས་པར་གོ་བ་བསྐྱེད་ལ། ལག་དུ་ལེན་པ་ན་བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་གང་པན་དང་། ཐད་ཀར་དོན་དུ་གང་འགྱུར་སྟོན་པ་ཅིག་དགོས་གསུང་དོ་ཞེས་པའི་སྐབས། བསྟན་པའི་ཐ་མ་ལ་གང་པན་ཞེས་པ་འདི་མཆན་བྱར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པའི་ཐ་མར་བཤད་ཀྱང་། སྤྲ་མས་ལུང་རིགས་དཔེ་དང་བཅས་པའི་སྒྲོན་སྐུ་ཆོས་རྒྱས་པར་བསྟན་པའི་མཐར། དོན་ཤིལ་གྱི་སྤྱིལ་ན་འདི་ལྟར་ཡིན་ཞེས་



ལག་ལེན་གྱི་གནད་ནམས་འདྲམས་པས་གང་པན་མཛད་པ་ལ་བྱེད། མདོར་ན་དེང་  
 སང་གི་གདུལ་བྱའི་སློ་ཚད་དང་བསྐྱུན་པའི་བྲིད་ཚུལ་ལ་མཁས་དགོས་པའི་དོན་ཡང་  
 ཡིན་གསུངས། དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་ནི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་བྱུང་པར་ཅན་ཆོས་  
 བདག་མེད་པ་རྟོགས་པའམ་ཞེས་སྐྱབས་ཀྱི་སྐབས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཞི་གནས་ཡན་ཚད་  
 དུ་ས་སྟེ་ལྔ་ལ་སྐྱབས་པའི་ལྷགས་གཙོ་བོར་བབྱུང་། ལྷག་མཐོང་གི་སྐབས་སུ་ཐལ་  
 འགྱུར་བའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལྷགས་གཏན་ལ་འབེབས་པར་མཛད་པ་ཡིན་པས་  
 འདིར་ཡང་གོང་དུ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་  
 རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། འདིར་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་དེ་བབྱུང་སྟེ་  
 རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་སུ་འཆད། ཡང་ན་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མདོར་དུ་གྱུར་པ་གཙོ་བོར་  
 བབྱུང་སྟེ་ཞེས་པས་ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས་ལྟར་སྟོན་ཏེ། དེ་ལ་དེ་ཉིད་རྟོགས་པ་  
 འདི་ཆོས་ཀྱི་བདག་མེད་མདོར་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་གཙོ་བོ་དང་། དེ་མིན་ལྱང་རིགས་  
 ཀྱིས་རྟོགས་པས་ཀྱང་འགྱུར་ཅིས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཆོམས་ལས། དམན་  
 པ་བསྟེན་པས་མི་དག་ཉམས་འགྱུར་ཞིང་། ། ཐད་ཀར་བབས་པ་བསྟེན་པས་སོན་  
 གནས། ། གཙོ་བོ་བསྟེན་པས་དམ་པ་ཐོབ་འགྱུར་བ། ། དེ་ཕྱིར་བདག་པས་གཙོ་བོར་  
 གྱུར་བསྟེན་པར་བྱ། ། ཚུལ་བྲིམས་ཉེ་བར་ཞི་བ་དང་། ། ཤེས་རབ་ཆེས་མཆོག་  
 ལྷན་པ་ཡི། ། གཙོ་བོ་གང་ཡིན་དེ་བསྟེན་ན། ། གཙོ་བོ་པས་ཀྱང་ཆོས་གཙོ་བོར་  
 འགྱུར། ། ཞེས་པའི་སྐབས་སུ། འདིའི་གཙོ་བོ་ཞེས་པ་རང་ལས་ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་  
 ཞིག་ལ་བྱེད། དེ་ལ་བསྟེན་པ་ནི་བཟའ་བདུང་སྐྱབས་ཀྱང་མཉམ་དུ་བྱེད་ཅིང་།  
 གཏམ་ལེགས་ཉེས་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་བཤད་ན་ངན་པ་ནམས་དེས་ཐབས་སྒྲ་ཆོགས་  
 ཀྱིས་བསྐྱོག་པར་བྱེད་ཅིང་། ལེགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་བས་ནམ་ཞིག་ན་རང་  
 གཙོ་བོ་དེ་ལས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཆེ་བའི་ཆོས་གཙོ་བོ་ཞིག་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན། དམན་པ་  
 བསྟེན་ན་ནི་རང་ཉམས་པར་འགྱུར་ཏེ། དམན་པ་གང་ཡིན་དེ་བསྟེན་ན། དམན་



པ་བས་ཀྱང་ཆེས་དམན་འགྱུར། ཞེས་ཆོག་བསྒྱུར་ཆོག་གསུངས། དེ་ལྟར་ཆོས་  
 རྒྱལ་པོ་དེ་ནི་རང་གི་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་ནོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། བསྐྱབ་པ་གསུམ་  
 དང་ལྷུང་གིས་ལྷུག་པ། དེ་ཉིད་ཉོགས་པ། ཡོན་ཏན་ལྷག་པ་དང་རྒྱལ་ནི་གཙོ་བོ་  
 རང་ཉིད་མི་ཉམས་པར་བྱེད་པས་རང་གིས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། གཞན་  
 རྒྱལ་ས་ཀྱང་རང་གིས་ཐོབ་པ་ཡིན་མོད་གཙོ་བོར་གཞན་རྗེས་སུ་འཛིན་པ་ལ་མཁོ་བ་  
 ཡིན། དེའི་དང་པོ་རྒྱལ་ནི་དཔུང་པ་དང་འདྲ། ལྷག་མ་རྒྱལ་ས་ལག་པ་དང་འདྲ་སྟེ།  
 ལག་པ་དཔུང་པ་ལ་བརྟེན་དགོས་པ་ལྟར་ལྷག་མ་རྒྱལ་ས་ཀྱང་དང་པོ་རྒྱལ་ལ་ངེས་  
 པར་བརྟེན་དགོས་གསུངས། བཙོན་བཅས་ནི་གཞན་གྱི་དོན་ལ་སྦྱོར་བ་བརྟེན་པའི་  
 ཞེས་པའི་སྐབས། སྦྱོར་ཞེས་པས་གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་པར་སྦྱོར་བའི་གུས་སྦྱོར་གྱི་  
 བཙོན་འགྲུས་དང་། བརྟེན་པ་ཞེས་པས་ཉག་སྦྱོར་གྱི་བཙོན་འགྲུས་བརྟེན་པ་ཡིན་  
 གསུངས། དེ་ཡང་ལམ་རིམ་འདི་ཉན་པའི་སྦྱོར་མའི་ཡོན་ཏན་ནི། མངོན་ཉོགས་  
 རྒྱུན་ལས། སངས་རྒྱས་རྒྱལ་ས་ལ་ལྷག་པར་བྱས། ། དེ་ལ་དགོ་བའི་རྩ་བ་  
 བསྐྱུན། ། དགོ་བའི་བཤེས་ཀྱི་མགོན་བཅས་པ། ། འདི་མཉན་པ་ཡི་སྟོན་ཡིན་  
 རོ། ། སངས་རྒྱས་བརྟེན་དང་ཀུན་འདྲི་དང་། ། སྦྱོར་དང་ཚུལ་ཁྲིམས་སོགས་སྦྱོད་  
 པས། ། ལེན་དང་འཛིན་པ་ལ་སོགས་པའི། ། སྟོན་དུ་དམ་པ་རྒྱལ་ས་བཞེད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་པའི་སྟོན་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་དགོས། བཀའ་གདམས་གོང་མ་  
 རྒྱལ་ས་ཀྱིས་སྤྲ་མའི་མཆན་ཉིད་དང་མི་ལྡན་ཀྱང་ཆེ་དེར་བཅོས་པས་ཆོག་སྟོབ་མའི་  
 ཡོན་ཏན་ལ་ཆེ་འདིར་སྦྱོར་ཐོབ་ཀྱིས་གྲུབ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན། ཕྱི་མ་པན་ཆད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་  
 སྟོབ་པ་མ་གཏོགས་ཆེ་འདིར་གསར་དུ་བཅོ་རྒྱུ་མེད་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲ་  
 སྟོབ་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། བཀའ་གདམས་ཀྱི་དགོ་བཤེས་གཙང་  
 པ་ནམ་མཁའ་རིན་ཆེན་གྱི་ཞལ་ནས། སྤྲ་མ་མཆན་ཉིད་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དང་།  
 སྟོབ་མ་བསོད་ནམས་ཀྱི་བསགས་རྒྱུ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་འཛོམ་ན་སངས་རྒྱས་ལག་



པས་བཅོས་པ་འདྲ་བ་ཞིག་བྱེད་རྒྱུ་ཡོད་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། བཤེས་གཉེན་  
 བསྟེན་པ་དེ་ཡང་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གཏེ་བ་ཡིན། མི་དགེ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་ནམ་བཤེས་གཉེན་ངན་པ་ལ་བཞེན་ན་ནི་ཆུད་ཚེས་ཤིན་དུ་ཆེ་ཤི། དཔེར་ན་  
 གཡག་རྒྱ་ཞིག་ཆུ་རྒྱུ་ནང་དུ་བཏང་བ་ན། དེས་ཁོ་རང་འགོ་མ་ཐུབ་པའི་དུས་ཆུ་  
 དཀྱིལ་དུ་སྤོ། གཡས་གཡོན་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་ཡོང་མཁན་ཡོད་ཀྱང་རྒྱ་  
 གཡོགས་རྒྱུ་ནས་མི་གཏོང་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་བཤེས་གཉེན་ངན་པ་དེས་ཀྱང་  
 རང་ཡང་ལམ་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་བ་ཉམས་སུ་མི་ལེན། གཞན་ཉམས་སུ་ལེན་  
 མཁན་བྱང་ཀྱང་ལེན་དུ་མི་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དཔེར་ན་བྲག་བྱ་སྐྱབས་ཀྱི་ནང་  
 དུ་མི་འབར་བའི་ཆེན་དུ་ཕྱིན་ན་མེས་ཆོག་ཡོང་། གཞན་ནས་མི་གསོད་པ་ནི་མེད།  
 མི་ཁོ་རང་རང་ཤི་ལ་མ་སོང་བར་དུ་འཛོག་པ་མིན་པ་ཐབས་མེད། སྤང་པོ་ཆེ་འདམ་  
 དུ་བྱིང་ན་ཡང་ཐར་པའི་ཐབས་མེད། དཔེ་དེ་བཞིན་བཤེས་གཉེན་ངན་པ་ལ་  
 བཞེན་པ་ནམས་ཀྱང་ལས་བཟང་པོ་ལ་བྲིད་པའི་ཐབས་མེད་གསུངས། ཡང་བཀའ་  
 གདམས་གོང་མས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དེ་ནི་ཁ་འགྲུལ་འགྲུལ་  
 ཅོག་གི་མི་ཡོང་གསུངས་པ་ཡིན། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས་ཀྱང་། ཐེག་དམན་སྡེ་སྟོན་  
 གསུམ་ནི་ཤེས་ན། ། བྱང་སེམས་མི་ལྡན་བྱིམ་པ་ལས་ཀྱང་། ། ཉན་རུང་གསུངས་  
 ཏི་དེ་ཡང་དཀའ་ན། ། ཆེན་པོའི་སྡེ་སྟོན་ཤེས་པར་གྱུར་ཀྱང་། ། བྱང་སེམས་མི་  
 ལྡན་ཀྱན་ལ་མི་རུང་། ། མཉན་རུང་དེ་ལས་ཡོན་ཏན་མི་འབྱུང་། ། ཐེག་ཆེན་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབ་ལ་རག་ལས། ། ཞེས་གསུངས་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེའི་བྱིན་  
 རྒྱབས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་མ་ཉམས་པ་གཏེ་བ་ཡིན། ཡང་དང་སང་མངོན་ཤེས་སོགས་  
 ལྡན་པ་ལ་ཉ་ལས་ལས་བྱེད་ཀྱང་། དེ་ཡང་ལམ་རིམ་འདི་སྟོན་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་  
 མིན། དེ་ཅམ་དུ་མི་ཟད་སའོག་གི་སྟོན་བུའི་གངས་མཁུན་ན་ཡང་དེའི་ཡོན་ཏན་  
 མིན་ཏེ། རྣམ་འགྲུལ་ལས། དེ་ཕྱིར་དེ་ཡི་སྐབས་བྱ་རུ། ། གྱུར་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་



དཔུང་བྱེད། ། འདི་ཡི་སྒྲིན་བྱེད་གངས་མཁུན་པ། ། ཇིང་ལ་འགའ་ཡང་ཉེར་མཁོ་  
 མེད། ། ཅེས་དེའི་བསྐྱབ་བྱ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་ཡེ་ཤེས་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ལ་རྣམ་  
 པར་དཔུང་པར་བྱ་ཡི། སེལ་གྱི་སྒྲིན་བྱེད་གངས་མཁུན་པ་ཅམ་ནི་དེད་ཅག་གྲོལ་  
 བ་དོན་གཉེར་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་གང་ཡང་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་དེ་ཉིད་  
 ལས། གལ་ཏེ་རིང་མཐོང་ཆད་ཡིན་ན། ། རྒྱུར་ཤོག་བྱ་རྒྱུ་དེ་བསྐྱབ་པར་གྱིས། །  
 གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་ཐག་རིང་པོའི་ཡུལ་མཐོང་བ་ཅམ་ཆད་མའི་སྒྲིས་བྱ་ཡིན་ན།  
 བྱ་རྒྱུ་དེ་གྱིས་ཀྱང་ཡུལ་ཐག་རིང་པོའི་གཞུགས་མཐོང་བ་ཡིན་པས་ཁྱོད་རང་རྒྱུར་ཤོག་  
 བྱ་རྒྱུ་དེ་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་དུ་བསྐྱབ་པར་གྱིས་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། རང་  
 རྒྱུད་མ་དུལ་བར་གཞན་འདུལ་བ་ནི་མི་རུང་སྟེ། པོ་ཏོ་བས། རང་ལ་མི་པན་གཞན་  
 ལ་སྟོན་བྱེད་པ། ། མཛེ་པོས་མཛེ་པོར་གདམས་ངག་བསྐྱབ་པ་འདྲ། ། གསུངས་ཏེ།  
 མཛེ་པོ་ཞིག་གིས་མཛེ་པོ་གཞན་ཞིག་ལ་ཁྱོད་རང་ནད་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་ཡེ་ཤེས་  
 ཁྱུང་ཁྱེད་གདམས་ངག་སྟེར་བ་ཡིན་ཟེར་ནས་དེ་ལ་གདམས་པ་བྱིན་ན་ཐམས་ཅད་  
 གད་མའི་ཡུལ་དུ་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲ་མ་རང་གི་རྒྱུད་མ་དུལ་བར་སྒྲོབ་མའི་རྒྱུད་  
 འདུལ་བ་ཡང་གད་མའི་ཡུལ་ཡིན་གསུངས། ཟུར་བཤད་དུ། ཡེར་པའི་ཞང་  
 བཅུན་ལ་མང་དུ་སྐོས་པ་ཡང་མེད་གསུངས་པའི་དོན་ནི་གྲ་སར་ཞུགས་ནས་སྟེ་སྟོང་  
 ལ་སྐྱུངས་པའི་ཐ་སྟོང་མ་མཛད་པའི་དོན་ཡིན། ཁོང་གིས་འདུལ་བ་ལྱང་སྟེ་བཞི་  
 གཟེགས་གིན་བཞུགས་པ་ན། ཀོ་པགས་ཀྱི་གཞིའི་ཐད་དུ་སྒྲིབ་པའི་ཆེ་ཀོ་པགས་  
 འདིང་མི་རུང་ཚུལ་གཟེགས་ཏེ་འོག་དུ་ཀོ་གདན་ཞིག་ཡོད་པ་ཡང་དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་  
 འཕངས། དེ་ནས་ཡང་གཟེགས་པས། ཡུལ་འབྱུག་རྩམ་ཅན་དང་། དགོ་སྟོང་  
 ནད་ཅན་སྟགས་ལ་ཀོ་པགས་གནང་བའི་སྐབས་རྣམས་གཟེགས་པ་ན། དེ་འདྲའི་  
 རྒྱུར་ཤོག་རང་མི་དགོས་པར་འདུག་གསུངས་ནས་ཡང་འོག་དུ་བཏིངས་པ་རེད།  
 ཁོང་གི་དེ་ཡིན། དེང་སང་ཉམས་སྲུ་ལེན་འདོད་ནས་སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་པ་དང་།



ཤེས་ནས་ལག་ལེན་དུ་འགེལ་བ་སུ་ཡོད་གསུངས། དེ་ལྟར་ཐེག་པ་སོ་སོའི་དབང་དུ་  
བྱས་པའི་སྒྲ་མའི་ཡོན་ཏན་མང་ཡང་། འདིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གལ་  
ཆེ་ཤོས་གང་ཡིན་སྟུང་ན། རྒྱུས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་ཤེས་པ་  
དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྡན་པ་གཉིས་ཡིན། དེ་ཡང་དང་པོ་མེད་ན་སྟོབ་མ་  
བྱིད་པའི་ཐབས་མེད་ལ། ཕྱི་མ་མེད་ན་ཐེག་ཆེན་ཕྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་བརྒྱད་པ་ཡིན་པས་  
དེ་གཉིས་ངེས་པར་དགོས། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་ལྡན་མི་ལྡན་ངེ་ལྟར་བརྟག་  
སྟུང་ན། མདོ་ལས། དུ་བ་ལས་ནི་མེར་ཤེས་དང་། ། རྩ་རྩུར་ལས་ནི་རྩུར་ཤེས་  
ལྟར། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སྟོ་ལྡན་གྱི། ། དེགས་ནི་མཆོན་མ་དག་ལས་  
ཤེས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཆོན་མ་ལ་བརྟག་དགོས་ལ། དེར་མ་ཟད་ངེས་  
འབྱུང་ཡོད་མེད་ཀྱང་བརྟག་དགོས་ཏེ། ངེས་འབྱུང་མེད་པར་བྱང་སེམས་རྒྱད་ལ་  
ལྡན་མི་སྲིད་དོ། བརྟག་ཚུལ་ནི། པོ་ཏྲ་པས། སྟོ་ཡི་རྒྱུས་ཆད་ཉགས་ཀྱིས་མཆོན་  
ཐུར་ཏེ། ། ཆོས་ཀྱན་ཉགས་མེད་སྟེ་བ་མི་སྲིད་གསུངས། ། དལ་འབྱོར་རྟེན་པར་  
དཀའ་བ་གོ་ཐུར་ན། ། འཆལ་པ་སྟོ་བདེར་སྟོད་པ་གལ་སྲིད། ། མི་ཉགས་གོ་ཞིང་  
འཆི་བ་ཤེས་ཐུར་ན། ། ཡོ་བྱད་ལྷགས་སུ་འཛོག་པ་གལ་སྲིད། ། ཆེ་ལ་ལོང་མེད་  
སྟུང་དུ་གོ་ཐུར་ན། ། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྦྱང་བ་གལ་སྲིད། ། ཅེས་སོགས་  
གསུངས་པ་ལྟར། ཉི་མ་གང་རྒྱུ་འཁར་ཀྱང་ལག་བརྒྱངས་ནས་ཉགས་པར་སྟོ་བདེ་  
བར་སྟོད་གིན་འདུག་ན་དེ་ལ་ངེས་འབྱུང་མེད་པའི་ཉགས་ཡིན། ཡོ་བྱད་ལྷགས་སུ་  
འཛོག་པ་ཞེས་པ་ཡང་ཡོ་བྱད་ཡོད་མེད་ལ་མི་བྱེད་པར་སེམས་ཀྱིས་ཡོ་བྱད་སྟོས་  
བཏང་མ་བཏང་ལ་བྱེད། ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་སྦྱང་བ་ཞེས་པ་ནི་རང་ལ་རྩས་ཁག་  
མེད་པའི་རྒྱ་གར་རྒྱ་ནག་ཚུན་ཆད་ཀྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བཞོད་པ་མང་པོ་གཏོང་བ་  
ལ་ཟེར་བ་ཡིན། གཞན་གོ་སྤྲ་གསུངས། སྤྲ་པོ་ཡོན་ཏན་རྣམ་གཞན་དུ། ། མི་  
འཁྱུར་ཉན་པ་པོ་ལའང་མིན། ། ཞེས་པའི་དོན་ནི་སྟོ་ལྷགས་རྩུང་མེད་པའི་གཟུ་བོར་



གནས་པ་སྒྲིག་སྒྲུབ་མཚན་ཉིད་གསུམ་དང་ལྟན་ན། ཆོས་སྤྱོད་བ་པོའི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡོན་  
 ཏན་དུ་སྤྱང་བ་མ་གཏོགས་དེ་ལས་རྣམ་པ་གཞན་ཡོན་ཏན་ལ་སྦྱོན་དུ་སྤྱང་བར་མི་  
 འགྱུར་ཞིང་། སྒྲིག་སྒྲུབ་ཏན་པ་པོ་གཞན་གྱིས་ཡོན་ཏན་ལ་འདྲ་སྦྱོན་དུ་སྤྱང་བ་མིན་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དབུ་མ་སྤྱོད་པོ་ལས། སྒྲིག་སྒྲུབ་བས་སེམས་གདུངས་  
 པས། ཞི་བ་ནམ་ཡང་རྟོགས་མི་འགྱུར། ཞེས་པའི་ཞི་བ་ནི་སྤྱོད་ཉིད་ཡིན་ཏེ།  
 ཐལ་འགྱུར་བའི་ལྷགས་ལ་འགོག་བདེན་སྤྱོད་ཉིད་ཡིན་ན་ཞི་བ་ཐུང་འདས་ཅིའི་ཕྱིར་  
 སྤྱོད་ཉིད་མིན། དེའི་ཕྱིར་དབུ་མ་སྤྱོད་པོ་ནས་བཤད་པའི་སྒྲིག་སྒྲུབ་འདི་ནི་  
 མཐའ་གཉིས་སུ་འཛིན་པ་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བར་སྤྱང་ཡང་། ད་ལམ་གྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་  
 རྒྱུད་ནི་རང་སྒྲིག་སྒྲུབ་ལ་ཆགས་པ་དང་། གཞན་སྒྲིག་སྒྲུབ་ལ་སྤྱང་བའི་སྤྱོད་ལ་ངོས་འཛིན་  
 པ་ཡིན། དེ་ལ་འབྲུག་པ་ཀྱན་ལེགས་ཀྱིས། ངའི་ཉོན་མོངས་དུག་གསུམ་དེ་བསྐྱེད་  
 བ་ཡུན་རིང་པོ་སོང་། ། བཅའ་བཅའ་བས་ངའི་གཏི་ལུག་དེ་རྒྱུ་མ་པ་ལ་  
 འདུག ། དེ་ལ་མིང་བརྗེས་ནས་སྒྲིམ་ཆེན་པ་ཟེར་གི་འདུག ། ངའི་འདོད་ཆགས་  
 དེ་ནི་དགོ་ལྷགས་པའི་ཕྱག་རྒྱ་འདུག ། དེའི་མིང་ལ་གྲུ་ས་གྲུ་ཆང་གི་ཞེན་པོ་རིས་སུ་  
 བཏགས་འདུག་ཅེས་གསུངས་པ་རེད། ཅི་བྱས་རང་དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་སྤྱོད་མའི་  
 དབང་དུ་གཏོང་ཡང་སྒྲིག་སྒྲུབ་མེད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཙམ་གྱིས་ཆོག་གམ་སྒྲིམ་  
 བ་གཟུ་བོར་གནས་ཀྱང་ལེགས་བཤད་ལམ་ཡང་དག་དང་། ཞེས་བཤད་ལམ་ལྟར་  
 སྤྱང་གཉིས་འབྱེད་པའི་སྤྱོད་མཐུ་མེད་ན་སྤྱོད་དུ་མི་རུང་བས་ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་  
 གཟུ་བོར་གནས་ཀྱང་ལེགས་ཞེས་འབྱེད་པའི་སྤྱོད་པོ་ལྟན་ན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་  
 ལས་དད་པ་ནི་དུམ་ཙམ་ཡོད། ཤེས་རབ་མེད་པ་དེ་ཅི་ཟེར་གྱི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་ཆུ་ཆ་  
 བཞིན་དུ་གར་བྲིད་བྲིད་འགྲོ་ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་གཟུར་གནས་  
 སྤྱོད་ལྟར་དོན་གཉེར་བ། ཅེས་པ་ལྷགས་ལྟོག་བྱས་ནས་ཐོག་མ་ཆོས་ལ་དོན་གཉེར་  
 བསྐྱེད། དེ་ནས་སྤྱོད་སྤྱོད་བསྐྱེད། དེ་ནས་གཟུ་བོར་གནས་པ་བསྐྱེད་དགོས། ཡང་



སློབ་མ་རང་གི་རྒྱ་ཆོད་དང་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ཁྱབ་གནད་ཆེ་ཉི། སྤྱོད་པ་རིན་པོ་  
 ཆོས། དུས་ཆོད་ངན་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཅི་ལགས་ཁྱུས་པས། སློབ་མ་དད་གུས་  
 རྒྱ་མོས་གཅིག་གིས་ཆོས་ཟབ་མོས་གཅིག་ཁྱབ་པའི་དུས་ཡིན་གསུངས་པ་རེད་  
 གསུངས། དེ་ཡང་སློབ་མ་ལ་ངེ་ཉུང་ཉུང་བ་ནི་ཞེས་སྐད་སྒྲིག་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཞེས་པ་མིག་གིས་བརྟ་བའི་དོན་མིན། ཡིད་ཤེས་ལ་སློབ་མའི་རྣམ་པ་ཤར་ནས་དང་བ་  
 རྒྱུས་པ་དེ་ཁ་སློབ་མ་ལ་བརྟ་བའི་པར་འགྲོ་སློབ་མ་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ཡང་། རྒྱ་  
 མཆོད་དཔེ་གསལ་ལྗོན་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་མིན་གྱི། སློབ་མ་སྤྱོད་ཀྱི་ཟུང་ཡོན་ཏན་ཀྱི་  
 ལྷན་དུ་བརྟ་བའི་ཞིང་དེ་ཉུང་མཐོང་བ་དེ་སློབ་མ་སངས་རྒྱས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་བའི་ཆོད་  
 ཡིན། སློབ་མ་དེ་སྤྱོད་ཤས་ཆེ་ཡང་སློབ་མས་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་བརྟ་བུ་ནས་སློབ་མ་  
 དེ་ལ་ཆེ་འདིར་དངོས་གྲུབ་མ་ཐོབ་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་དངོས་གྲུབ་འཐོབ་པའི་རྒྱར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། སློབ་མའི་སློབ་སློབ་མའི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྤྱོད་པ་ནས་འཛིན་ན་དེ་འདྲའི་  
 སློབ་མ་དེ་ལ་སྤྱོད་པ་མཛོམས་པ་སྐད་སྒྲིག་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ཡོད་པ་མཐོང་ཡང་། སློབ་མ་དེའི་  
 དད་པའི་གོགས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སེམས་ཅམ་རྣམ་བཤེན་འཛིན་པས་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་  
 མཆོག་དམན་ཡོད་ཀྱང་ཞེས་སྐད་སྒྲིག་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་  
 ཐོས་པ་ཅམ་གྱིས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་  
 སློབ་མ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་གསེར་གླིང་པ་ལ་དེ་ཉུང་མཐོང་པ་ཅི་ལགས་ཁྱུས་པས། རྒྱ་  
 ཐོའི་ཞལ་ནས་ཁོ་ལྟ་བུ་ཡོན་ཏན་དུ་བྱ་བ་སེམས་བཟང་པོ་སྤྱོད་པ་ཅམ་ཞེས་ཡོད་དེ་ཁོང་  
 གི་བཀའ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་པ་ཡིན། དེ་ནི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཉི།  
 སེམས་བཟང་པོ་བྱ་བ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་  
 པས་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་  
 དང་ཞེས་སྐད་སྒྲིག་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་ལྟ་བུ་སྤྱོད་པ་



ཞིག་དུ་འབྲུམས་ན། དེ་ལ་མིག་ཞན་ཞིག་གིས་དཀའ་ལས་ལ་མ་འཛེམ་པར་བཅལ་  
 རས་འཛིགས་པ་དེ་ལས་ཐར་བར་བྱས་ན། བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ལ་ཚད་ཅི་ཡོད། དེ་  
 བས་ཀྱང་རང་ཅག་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོ་གཏིང་དང་མཐའ་མེད་པ་འདིར་ཡུན་རིང་  
 པོར་འབྲུམ་འབྲུམ་པ་དེ་ལས་ཐར་བར་བྱེད་མཁན་སྤྱ་མ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བཀའ་དྲིན་  
 ཤིན་དུ་ཆེ། དེ་བཞིན་དུ་གཉིད་ཀྱི་གྲང་ལ་འཛིགས་སྒྲུང་ཆེན་པོ་བྱང་ནས་སྐད་དན་  
 ཆེན་པོ་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱིས་སྐབས་གཉིད་གསོད་མཁན་བྱང་ན་དེ་ལ་དགའ་བ་ཇི་ལྟར་  
 གྱུ། དེ་བས་ཀྱང་རང་ཅག་ཐོག་མེད་ནས་བདག་འཛིན་མ་རིག་པའི་གཉིད་མཐུག་  
 པོར་སོང་སྟེ་ལས་ཉོན་འབྲུལ་པའི་མི་ལམ་དུ་འཛིགས་སྒྲུག་གི་སྒྲུག་བསྐལ་སྒྲ་ཆོགས་  
 གྱུང་བ་ལས་སོད་པར་བྱེད་མཁན་སྤྱ་མ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བཀའ་དྲིན་ཤིན་དུ་ཆེ། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྤྲིད་པའི་རྒྱ་མཚོར་བྱིང་བ་ལས་འབྱེན་བྱེད་དང་། ལམ་དན་ལས་ཚུར་ལོག་དུ་  
 བཅུག་ནས་ལམ་བཟང་པོ་སྟོན་བྱེད་དང་། སྤྲིད་པ་སྟེ་འཁོར་བའི་བཅོན་རར་སྤྲིད་  
 པའི་ཞགས་པས་དམ་དུ་བཅིངས་པ་ལས་འགྲོལ་མཁན་དང་། ཉོན་མོངས་ཀྱི་ནད་  
 གསོ་བའི་སྒྲན་པ་དང་། ཆགས་སོགས་ཀྱི་མེ་ཞི་བར་བྱེད་པའི་ཆར་སྤྲིན་ལྟ་བུ་ཡིན་  
 པས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བ་ལ་ཚད་མེད་གསུངས་ཡིན་ཞེས་སེམས་གཅིག་བསམས་ནས་  
 འདིར་འོངས་སོ། ཞེས་པ་ནི་མདོ་སྟེ་ནམས་ལ་སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམས་ནས་  
 ཞེས་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཡིད་ཤེས་ཀྱིས་རྩེ་གཅིག་དུ་བཤེས་གཉེན་  
 ལ་བསམས་པའི་དོན་ཡིན། སེམས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསམས་ནས་ཞེས་དབང་ཤེས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡིད་ཤེས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བསྐྱུས་ནས་བསམས་པ་སྟེ་སེམས་ཅིག་བསམས་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡང་ཡིན་གསུངས། སྤྱ་མ་ལྟ་བུ་བ་ལས། འདིར་མང་སྟོས་པས་ཅི་  
 ཞིག་དགོས། ། སྤྱ་མ་དགུས་བྱེད་གང་ཡིན་བྱ། ། མི་མཉེས་བྱེད་ཀྱན་སྤྲོད་བ་  
 བོ། ། དེ་དང་དེ་ལ་འབད་དེ་བཟླ། ། དངོས་གྲུབ་སྟོབ་དཔོན་རྗེས་འབྲང་  
 ཞེས། ། རྗེ་རྗེ་འཛིན་པ་ཉིད་གསུངས་པར། ། ཤེས་ནས་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་



གྲིས། ། སྤྲུམ་ཡོངས་སུ་མཉེས་པར་བྱ། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྤྲུམ་མཉེས་ན་  
 བོང་བྱ་གསེད་ནས་ཟོ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས། དེ་འདྲའི་སྤྲུམ་མཉེས་པར་གང་བྱུང་  
 ལ་མི་བྱེད་པར་ལྟ་བུ་པ་རང་གི་སྐབས་ནས་བཤད་པའི་སྤྲུམ་མཉེས་མཆན་ཉིད་ཐམས་  
 ཅད་དང་ལྡན་པ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ལྟ་བུ་པའི་གཞུང་ཆོག་རེ་ཅམ་ཁོལ་དུ་བྱུང་  
 ནས་སྙིང་པོར་མི་བབྱུང་བར་གོང་འོག་ཐམས་ཅད་གྲུང་སྒྲིགས་དགོས། དེས་གཞུང་  
 ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ། སྤྲུམ་མཉེས་བའི་སྒྲོག་གསུམ་སྟེ། ཟང་ཟིང་དབུལ་བ། ལྷས་  
 ངག་གིས་བསྟེན་བཀྱར་བ། བཀའ་བཞེན་སྐྱབ་པ་དང་གསུམ་ཡིན་གསུངས། རང་  
 གི་དམ་ཆོག་སྟོབ་དཔོན་ནི། སྦྱོན་མིན་བྱ་དང་ཆུང་མ་དང་། ། རང་སྟོག་གིས་ཉག་  
 བསྟེན་བྱ་ན། ། འོངས་སྦྱོད་གཡོ་བས་སྦྱོས་ཅི་དགོས། ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་རང་  
 ལ་དངོས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཙ་བ་དམ་ཆོག་སྦྱོན་པའི་སྟོབ་དཔོན་ལ་ནི་གཞན་ལ་  
 སྦྱོན་དུ་མི་རུང་བའི་བྱ་དང་ཆུང་མ་སོགས་ཀྱང་སྟེར་དགོས་ན། གཞན་འོངས་སྦྱོད་  
 ལ་སོགས་པ་སྟེར་དགོས་པ་ལྟ་ཅི་སྦྱོས་གསུང་ངོ་། །



## ཉིན་བྱ་པ།

རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་ཤེལ་ཏེ་མའི་གསུང་ལས། གང་ཆེ་དགེ་སྤྱད་སྤྲུལ་ལྷན་  
 ཡང་། ། དགེ་བ་བདག་གིས་མ་བྱས་ན། ། ངན་སྤང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱང་ཚྱངས་  
 པ། ། དེ་ཆེ་བདག་གིས་ཅི་བྱར་ཡོད། ། ཅེས་པའི་ལུང་འདྲེན་གནང་ནས་སྤྱོད་  
 འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་། མདོ་ལས། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་བདག་ཉིད་ཇི་ལྟ་  
 བ་བཞིན་སྒྲིང་བཅེ་བ་དང་སྒྲིང་རྩེ་བ་ནི་ཆེས་ཤིན་ཏུ་དཀའ། ཞེས་སོ་སོར་གསུངས་  
 པ་ལྟར། སྒྲིང་བཅེ་བ་དང་སྒྲིང་རྩེ་བ་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཡོད། དེ་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 བ་ཅམ་ལ་མི་བཟོད་པ་ནི་སྒྲིང་བཅེ་བ་དང་། སྤྱིག་པ་ཆེ་བ་ལ་མི་བཟོད་པ་ལྟ་བུ་ནི་  
 སྒྲིང་རྩེ་བ་ཡིན་པར་བསྟུ་བ་ལས་གསུངས་ཤིང་། དེས་ན་རང་གི་མ་ལྟ་བུར་ནད་ན་ཆ་  
 སྤྱོད་ཀྱིས་ཉམ་ཐག་པ་ན་དེ་ལ་ཆེས་མི་བཟོད་པ་སྤྱི་བ་དང་། ལྷག་པར་ངའི་མ་དེ་  
 དེང་གི་དུས་ཚང་ལ་མ་ཞོར་བའི་ལམ་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱ་ལྟོག་ན་  
 བསྟུང་ཐོས་སུ་མེད་པ་ནི་ངེས་པར་སྤྱོད་བསགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་བྲལ་བས་  
 ལན་པར་འདུག་པས་སྒྲིང་རེ་རྩེ་དེའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་ངས་ལམ་བཟང་པོ་འདི་ཉམས་སུ་  
 སྤངས་ནས་མ་ཟན་འདིའི་དྲིན་བཟོ་བར་བྱའོ་སྟམ་པ་ནི་སྒྲིང་བཅེ་བ་དང་སྒྲིང་རྩེ་བ་  
 གཉིས་ཀ་ཡིན། ནད་པས་ནད་གཡོག་ལ་ངའི་ནད་གཡོག་འདི་དཀའ་ལས་ཆེ་བར་  
 ལྷང་བས་སྒྲིང་རེ་རྩེ་སྟམ་དུ་བསམ་པ་ནི་གཞན་བསོད་ནམས་གསོག་པ་ལ་སྒྲིང་རྩེ་  
 སྟམ་པས་སྒྲིང་རྩེ་གོ་ལོག་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་ཉན་བཤད་འདི་གནད་དུ་སྤང་ན་  
 སྤྱོད་འབྲུལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཡོང་སྟེ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཆོས་བཤད་ཤེས་  
 པ་ཞིག་གིས་བཤད། ཉན་ཤེས་པ་ཞིག་གི་ཉན་ན། ཆོས་ལྷན་སྤྱོད་འབྲུལ་འདྲ་བ་  
 ལྟོག་ཏུ་བསམས་པ་ལ་འོང་དཀའ་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། བཤེས་གཉན་བསྟོན་ཚུལ་



འདི་གནད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེ། ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་གསུམ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཚ་བ་  
 འདི་ཡིན་པས་ལམ་གྱི་ཚ་བར་བཞག་པ་ཡིན། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ཀྱང་སངས་རྒྱ་  
 ཁར། སྤྲུལ་ལ་ཆོག་གསུམ་གྱི་འཁོར་ལོ་རྒྱ་ཆེན་པོས་མཉེས་པར་བྱས་ནས་སྤྲུལ་ཁྱུ་མ་སྤྲོད་  
 བའི་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཁྱས་ཏེ་དེའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་བཞག། དེ་ནས་སངས་རྒྱ་  
 བའི་མཛད་པ་སྤྲུལ་པ་ཡིན་གསུངས། དེས་པ་སྤྲོད་པའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་སྤྲོས་ཏེ་  
 བཤད་པ་དང་། སྤྲོད་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་འདི་གཉིས་ལྷག་མཐོང་གི་  
 བར་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲེམས་པར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་དེས་པ་བསྤྲོད་  
 པའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་སྤྲོས་ཏེ་བཤད་པ་ནི་སྤྲུལ་མས་ཆོས་གྲུ་འཆད་པའི་སྐབས་ཡིན་ལ།  
 སྤྲོད་ཚུལ་མདོར་བསྟུས་ཏེ་བསྟན་པ་ནི་སྤྲོད་མས་སྤྲོད་ཁར་དུ་དམིགས་པ་ལ་སྤྲོད་པའི་  
 ཚུལ་ཡིན་ཅིང་། ཆོས་གྲུ་ཅུང་ཟད་སྤྲོས་པ་སྤྲུལ་དུ་མ་སོང་ན་མདོར་བསྟུས་ལྷགས་  
 རང་མེད། སྤྲོད་པའི་ཆེ་སྤྲོད་ཚུལ་བསྟུས་པ་དེ་སྤྲུལ་ལ་བྱས། དེ་ནས་དེས་པ་བསྤྲོད་  
 པའི་ཕྱིར་ཅུང་ཟད་སྤྲོད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་གསང་སྤྲུགས་ཀྱི་ཕྱིར་ལམ་སྤྲུལ་ན་མ་  
 མཆིས་པ་སྤྲུལ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལམ་འདི་ལས་ཕྱིར་  
 བྱེད་ཆེར་མེད་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཐོ་ཏོ་བས། འདི་གཉིས་ཕྱིར་ན་ཕྱིར་མཉམ་  
 དང་། མ་ཕྱིར་ན་མ་ཕྱིར་མཉམ་ཡིན་གསུངས་པ་ལ། རྩེ་ཡབ་སྤྲུག་གིས། ཆོག་  
 སྤྲུལ་སྤྲུལ་བྱ་བས་ལ་ནས་དོན་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་ཡིན་གསུངས། བཤེས་གཉེན་  
 བསྟན་པའི་ཡན་ཡོན་གྱི་སྐབས་སྤྲུ། ཐོ་ཏོ་བས། འབྲོམ་སྤྲུལ་བྱོད་ནི་ཉག་ཏུ་ཏུ་དང་  
 འདྲ། ། སྤྲུལ་མེ་བཅུན་བྱང་སེམས་ཆོས་འཕགས་འདྲ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 དེང་སང་ཐོག་མར་སྤྲུལ་མ་བསྟན་མདོག་བྱས་ཀྱང་དོན་ལ་སྤྲུལ་སྤྲོད་བ་མང་བས།  
 དགེ་བཤེས་དགོན་པ་བས་སྤྲུལ་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེ་ལ། བྱོད་རང་དེ་ཞིག་སྤྲོད་མའི་རྒྱུ་  
 ཆོད་མ་ཤེས་བར་དུ་ཆོས་བཤད་པ་ལ་མ་རིངས་ཤིག་སྤྲོད་མ་རྣམས་བྱི་ལམ་འཇུག་  
 ཡིན་གསུངས། བྱི་ལམ་འཇུག་ནི་དཔེར་ན་དགོན་པ་གཅིག་ནས་གྲུ་པ་གཉིས་བྱོད་



ཆོག་ལྟ་བུར་བྱེད་ནས་ཡར་ལོག་ཡོང་དུས་ཀྱི་གཅིག་དང་ཕྱད་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་  
 སྤྱི་དེ་ཡར་ལོག་བ་ལྟར་བྱེད། མཆོམས་ཤིག་ནས་ཁོ་གཉིས་གྲོས་བྱས་ནས་ཀྱི་  
 འདི་ལ་བྱ་ཆུ་ཡང་མི་འདུག་པས་ངེད་རང་གཉིས་འདི་ཡར་འབྲིད་ནས་དགོན་པའི་ཀྱི་  
 དང་མཉམ་དུ་འཛོག་དགོས་པར་འདུག་པས་གཡས་གཡོན་ནས་བཀག་ཅིག་ཅིས་  
 སྤྱོད་ན། ཀྱི་དེ་དེ་མ་ཐག་མངོན་ཤེས་ཡོད་པ་ལྟར་ཉ་གོ་ནས་ཐུར་ལ་བྲོས་འགྲོ་  
 གཡས་གཡོན་ནས་བཀག་ཀྱང་བཀག་མི་ཐུབ། དེ་བཞིན་དུ་འགའ་ཞིག་སྤྱོད་མའི་  
 མདུན་དུ་ཡོད་སྐབས་ཆོས་བྱེད་མདོག་ཁ་པ་རེ་བྱུང་ཅན་སྤྱོད་སྤྱོད་མའི་དུས་དང་རང་དགའ་  
 རབ་ཡོང་བ་འདྲ་སྟམ་ནས་ཡར་འབྲིད་པའི་གྲུབ་བྱེད་སྐབས་རྒྱུ་བྲིས་སྤྱོད་ལ་རིང་བ་  
 ཞིག་བྱེད་ནས་འགྲོ་མཁན་རང་མང་། སྤྱོད་ཡང་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་པས་མི་ཆོག་  
 ལས་འབྲེལ་ཡོད་པ་གཙོ་བོ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱོད་མས་ཀྱང་སྤྱོད་མ་དེ་ལ་ཡུན་རིང་དུ་  
 འགྲོགས་ཀྱང་མཛད་སྤྱོད་གང་ས་ནས་དད་པ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་། སྤྱོད་མས་  
 ཀྱང་སྤྱོད་མ་དེ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་དགའ་སྤང་ཆེན་པོ་སྤྱོད་ཆིང་། འདིའི་སྤྱོད་ལམ་  
 སྤྱོད་གང་ས་ནས་ཡོང་བར་འདུག་སྟམ་པ་སྤྱོད་ཀྱི་བྱུང་ན་ལས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་ཉམས་  
 ཡིན་གསུངས། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་མི་ཕོངས་པའི་པན་ཡོན་གྱི་སྐབས་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་མའི་དུག་ཤོས་རང་གི་ཆོས་སྤྱོད་མཁན། ཉམས་གསལ་སྤྱོད་མཁན། ཟུགས་  
 འགྲོ་ལུགས་སྤྱོད་མའི་དུག་པ་དང་མཐུན་པ་སྤྱོད་མཁན་རྣམས་ལ་གྲུས་ཞབས་དང་  
 བཞེན་ཚུལ་མ་འཕྱུགས་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཤེས་གཉེན་མཆོན་ཉིད་དང་ལྡན་  
 པས་ཕོངས་མི་ཡོང་བའི་དོན་ཡིན་གསུངས། ཡང་དགེ་བཤེས་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་མ་ལྟ་  
 ལས་མ་བཞེན། གསང་ཕུ་བས་མང་པོ་བཞེན་པས། སྤྱོད་པ་རིན་ཆེན་སྤྱོད་མ་དང་པོ་  
 ཉོ་བ་གཉིས་དེ་གཉིས་གང་ལེགས་བསྒོས་ནས་ལས་དང་པོ་བའི་དུས་སྤྱོད་པའི་དེ་  
 ལེགས་པར་ཐག་བཅད་པ་ཡིན། གཞན་ཡང་བཤེས་གཉེན་བཞེན་བཀྱར་བས་ནི་  
 ཞེས་པ་འདི་ནས་མདོ་སྤྱོད་ཀྱི་འཇུག་པས་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན།



ཡང་དཔེར་ན། དགེ་བཤེས་ཁམས་ལུང་པ་ལ་མནལ་གྱི་གྲང་ལ་འདྲེ་གཞོན་ལྟ་བུ་  
 དང་། ལྷག་ཏུ་བྲང་ལ་སེམས་ཅན་གཅིག་གིས་རྒྱང་ལག་ཐམས་པའི་སྤང་བས་མི་  
 བདེ་བ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ན། མི་རྟག་པ་སྒྲིམ་པ་ནས་བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་བྲང་སེམས་སྒྲིམ་  
 པའི་བར་བྱས་པའི་ཅུང་ཟད་རེ་ལས་མ་པ་ན། བྲང་སེམས་སྒྲིམ་བཞིན་དུ་འགྲོམ་གྱི་  
 མཆན་སྒྲགས་བཟུངས་པས་སྤང་དྲག་སོང་བ་ཡིན། འདིར་དགེ་བཤེས་ལྟ་བཙོའི་རྣམ་  
 ཐར་དུན་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་ལྟ་བཙོ་དེ་དགེ་བཤེས་སྤྱིང་ལུང་བའི་སྒྲོབ་མ་ཡིན།  
 སྤྱིང་ལུང་པ་དེ་དུས་རྒྱན་ནས་སྤྱགས་གདུམ་ཉམས་ཆེ་བའི་ཁར་ལྟ་བཙོ་རྣམ་པེབས་  
 རེས་གྱི་དེ་ལས་གདུམ་པའི་རྣམ་པ་མཛད་པ་ཡིན་པས་དགེ་བཤེས་ཉ་ག་མོ་པ་དེ་དུས་  
 ལྟ་བཙོའི་ཉེ་གནས་སྤྱོད་པས། ལན་ཅིག་ཁོང་གིས་ལྟ་བཙོ་ལ་སྤྱིང་ལུང་པ་དེ་ངེད་  
 ཅག་དཔོན་སྒྲོབ་ལ་ཤིན་ཏུ་སྤང་བར་སྤང་ཁུས་པས། ལྟ་བཙོའི་ཞལ་ནས། བྱོད་  
 གྱིས་དེ་བཀའ་བཀྱོན་དུ་གོའམ། ཁོ་བོ་ལ་ནི་དེས་དེ་འདྲ་རྣམ་མཛད་རེས་གྱིས་ཉེ་རུ་  
 ཀས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་འདྲ་བ་རེ་འོང་པར་སྤང་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་ཨ་མས་  
 བྲང་རྒྱབ་རིན་ཆེན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ནི། རྩོམ་པའི་གཟིམས་ཁང་དུ་ཐིགས་པ་བརྒྱབ་མཆོད་  
 མེ་ཡང་ཤི་བར་རྩོམ་པའི་ཨ་མས་ལ་བཀའ་གནང་བས། ཨ་མས་གྱིས་དེ་མ་ཐག་མཆོད་  
 མེ་སྤར་ནས་ཐོག་མཆོམས་རྣམས་སྤྱུལ་གས་པར་བལྟས། དེ་ནས་ཐོག་ཁར་པེབས་  
 རེས་ཐིགས་པ་བཀག་པས་རྩོམ་པའི་ཤིན་ཏུ་དགྲེས་ནས། སྒྲོབ་མ་ཟེར་བ་དེ་སྤྱི་མའི་  
 སེམས་ལ་བསམས་པ་ལྟར་ཁ་ནས་མ་ལབ་ཀྱང་བྱེད་ཤེས་པ་ཞིག་དགོས། ཨ་མས་སྤྱི་  
 རིག་ནི། གཞན་ཡིན་ན་སྤྱིན་ལ་ཐོག་ཁར་མ་བྱིན་པར་ནང་གི་ཞལ་བ་བྱིས་གྱིན་  
 བསྤང་འགྲོ། དེའི་རིང་ཐིགས་པ་ཡང་རྒྱན་མི་ཆད་མཆོད་མེ་མ་སྤར་ན་ནི་མགོ་ལ་  
 སྤར་ནོམ་རྒྱན་ཆད་བྱེད་དུ་འོང་གསུངས། ལན་ཅིག་ཨ་མས་མེ་གཏོང་གིན་ཡོད་  
 པའི་སྐབས་སྤྱགས་ལ་དགོན་པ་བ་དང་ངེད་གཉིས་ཁམས་པ་གཅིག་པ་ཡིན་པ་ལ་ཁོང་  
 ལ་སྒྲིམ་པ་ཅམ་བྱུང་སོང་། ང་ལ་ནི་གཡག་ཁོ་ན་མ་གཏོགས་སྒྲིམ་བྱ་རྒྱུ་མ་བྱུང་སྒྲིམ་



དུ་དགོངས་པ་ན། རྩོམ་མཁུན་ཏེ་ཨ་མེས་ལ་བསམ་ངན་སྐྱེས་འདུག་གསུངས་  
ནས་སྟོན་པ་ཉུང་བཟང་བ་ན། སྟོན་པ་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཐོག་མར་སྟོན་པ་རང་  
གི་འབྲུངས་ཡུལ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་བརྗོད་པས། ཨ་མེས་པ་ཡུལ་དུན་ནས་སྟོན་པ་ལ་  
རྒྱ་མཚན་ཞུས། སྟོན་པས་རྩོམ་ལ་ཞུས་པ་ན། རྩོམ་ཨ་མེས་ལ་ཤོག་གསུངས་ནས་  
འདི་ཉུང་གསུངས་ཏེ། ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལྟ་མེད་པར་སྤྲུལ་མའི་ཞབས་ཏྱིག་ཏུ་  
བཀོལ་ན། སྒྲོམ་གྱི་དམིགས་པ་གཞན་ནས་འཆོལ་མི་དགོས་པ་ཞིག་ཡིང་གསུངས་པ་  
ཉུང་། ཨ་མེས་ལ་ཡང་རྟོགས་པ་ཟུར་དུ་འབྲུངས་ཏེ། དགོན་པ་བའི་ཞལ་ནས།  
སྟོན་པས་ལོ་རྒྱུས་རྣམས་འབྱོར་པས་ཞབས་ཏྱིག་ཁོན་བྱས། ཁོ་བོས་མི་ཆེ་ཤིས་པོ་  
སྒྲོམ་པ་ཡིན་ཏེ། རྟོགས་པ་དེ་རྣམས་འབྱོར་པ་བཟང་བར་འདུག་གསུངས་པ་ཡིན།  
ཡང་རྩི་རིན་པོ་ཆེས་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱང་པར་གཞན་གང་ནས་ཀྱང་མ་བརྗོད་པར།  
བཤེས་གཉེན་ཚུལ་བཞིན་བསྟེན་མཛད་གཞན་རུ་འོད་ཅེས་བསྐྱགས་པ་དག་བཤེས་  
བྱ་ཡུལ་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཅུང་ཟད་ཞུ་ན། དག་བཤེས་དེ་སྟོན་ལུང་དུ་འབྲུངས། ཅུང་ཅུ་  
ནས་སྟོན་ལུང་བཞེན་པོས་བསྐྱུངས་ཤིང་སྟོན་ལུང་པ་དེས་སྦྱོར་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེར་གསེར་  
སྤང་སྟོང་འབུལ་བའི་དམ་བཅའ་མཛད་ནས། གསེར་སྤང་ལྷ་བརྒྱ་དུས་གཅིག་ལ་  
སྤུལ། སུམ་བརྒྱ་རིམ་བཞིན་སྤུལ་ཏེ་བརྒྱད་བརྒྱ་སྤུལ་བྱུང་ཅིང་། ཉིས་བརྒྱ་ལུས་པ་  
ན་སྦྱོར་སྤྲུལ་གཤེགས་ནས་དགོངས་རྩོགས་སུ་དམིགས་ཏེ་བཅན་གྱི་དགོན་པ་བཟང་།  
དེ་ཉུང་བའི་དག་བཤེས་སྟོན་ལུང་པ་དེས་ལན་ཅིག་སྦྱོར་སྤྲུལ་རིན་པོ་ཆེར་སྟོན་ལུང་ནས་  
ལོ་བར་དུ་བསྐྱིག་བྱུང་པའི་འབུལ་མོ་ཆེ་མཛད་པའི་དུས་བྱ་ཡུལ་བ་དེ་བྲིད་བྱོན་  
པས་སྦྱོར་སྤྲུལ་ཞལ་ནས། བྲིད་ཀྱིས་ང་ལ་འབུལ་བ་གཞན་ལས་བཅུན་རྒྱུད་འདི་  
འབུལ་བུས་སམ་གསུང་བ་ལ། སྟོན་ལུང་པ་མཉེས་ནས་བཅུན་རྒྱུད་དེའི་སྒྲིལ་ཁ་  
བཟགས་ཤིག་བཟགས་ནས་སྦྱོར་སྤྲུལ་ཕྱག་རང་དུ་སྤུལ། བྱ་ཡུལ་བ་བཅུན་རྒྱུད་དེས་  
ཀྱང་སྦྱོར་སྤྲུལ་མཉེས་ན་ཆོས་ཡིན། མ་མཉེས་ན་ཆོས་མིན་སྟུང་པ་ཁོ་ནས་ཞབས་



ཏྲིག་ངལ་བ་མེད་པར་སྐྱབ་ཅིང་། སྤྱི་མཐོང་གསུང་ལྟར་བར་བྱུང་ན་མཆོལ་གྱི་ཕྱགས་  
 རི་སྐྱོར་འབྲེལ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་བཞག་ནས་སྤྱི་མཐོང་དུ་བརྒྱགས་པེབས། སྤྱི་མཐོང་གསུང་  
 ཐུགས་གཅིགས་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་མཛད་པས། བན་ཅན་དེ་ལ་བཅུན་ཆུང་དེ་ལ་མིན་  
 པ་བསམ་རྒྱ་མི་འདུག བཅུན་ཆུང་དེ་བན་ཅན་དེ་མིན་པ་བསམ་རྒྱ་མི་འདུག་ཅེས་  
 ཁ་བཏང་ནས་ལས་ངན་ཆབས་ཆེན་གསོག་པའི་སྤྱིད་སྤྱད་པའི་དགེ་བཤེས་ཆེན་པོ་  
 བཅུ་གཉིས་བྱུང་ཞིང་། གཞན་ཡང་ཁ་གཏོང་མཁན་མང་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་འདུག  
 དེ་ལྟར་བྱ་ཡུལ་བས་སྤྱི་མཐོང་ཞབས་ཏྲིག་རང་མཛད་པས་ལན་ཅིག་བྱ་བའི་ནང་དུ་  
 ཐལ་པོ་སྤྱག་ནས་བྱིར་བོར་དུ་བྱོན་ནས། སྐས་གདང་གསུམ་པའི་སྤྱིད་དུ་པེབས་པ་  
 ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་འབྲུངས། དེ་ལས་བཞེངས་ནས། སྤྱི་མཐོང་ཞབས་ཏྲིག་  
 མི་བྱེད་མི་ཆེ་ཤིང་པོ་ཐོས་པ་ཁོ་ན་བྱེད་པའི་སྤྱིད་སྤྱད་པའི་དགེ་བཤེས་དེ་རྣམས་  
 འབྲུལ་ཡང་གསུང་སྐད། གཞན་ཡང་རྩ་འབྲུལ་དང་མཛོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་འདོད་  
 ན་ཡང་སྤྱི་མཐོང་ཞབས་ཏྲིག་འདི་ལ་འབད་དགོས་ཏེ། རྩ་བོས་ཐོག་ཁར་བྱོན་ནས།  
 དང་ཆས་པའི་མི་འབྲེལ་བར་འདུག་གསུངས་ཏེ། གསང་ཆབ་སོགས་གང་བྱུང་བྱུང་  
 དུ་གནང་ནས་བྱིས་པ་ཆུང་དུ་བཞིན་དུ་མཛད་པས། འབྲོམ་གྱི་ཐུག་གིས་ལེགས་  
 པར་བྱིས་བདར་ཡང་ཡང་མཛད་སྐབས་འབྲོམ་གྱི་ཐུགས་ལ་ཏིང་ངེ་འཛིན་བྱུང་པར་  
 ཅན་འབྲུངས་ཤིང་། ཏིང་ངེ་འཛིན་དེ་ལས་བཞེངས་པའི་ཆེ་རྒྱ་པའི་ཉིན་ལམ་བཅོ་  
 བརྒྱད་ཚུན་གྱི་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་རྣམ་པ་མལ་གྱིས་མཐུན་པ་བྱུང་བ་ཡིན་  
 གསུངས། བཤེས་གཉེན་མ་བཞེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། གདོན་དང་  
 རྩོག་འདྲེན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། ། བསད་ནས་སེམས་ཅན་དམུལ་བར་འགྲོ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་ལྟར་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་བྱེན་བཅུ་  
 གསུམ་གང་རིགས་ཀྱིས་ཟིན་བཞིན་དུ་ཡང་བ་མ་སྤངས་པར་ཆེའི་དུས་བྱས་ནས་  
 དམུལ་བར་འགྲོ་བ་ཡིན་ཏེ། རྩེ་ཐུར་པའི་སྤྱོད་མ་དགེ་ཚུལ་ཞིག་གིས་སྤྱི་མཐོང་ལ་ཁ



བཏང་། དེའི་ཁྱེན་གྱིས་དགོན་པ་དེའི་སྤྲ་ལྷ་ཚང་མར་ནག་ཁག་ཚུན་ཆད་འཛིག་པ་  
 བྱང་། བཅ་ཞིག་ན་དགོ་ཚུལ་དེ་ཆད་ནད་དྲག་པོས་ཟིན་པ་ཕྱི་ཕྱུར་པས་གསན་  
 བས། ཁོས་ང་ལ་བཤགས་བ་ཞིག་སྤུལ་ན་ཡོང་ཡང་གསུངས་ཏེ་བྱགས་སྤུལ་མཛད་  
 ཅིང་བཞུགས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཁོ་ལས་ངན་པས་སྤྱིབ་ནས་དང་པོ་ཕྱི་ཕྱུར་གྱི་རི་ཐམས་  
 ཅད་ངའི་ཐོག་ལ་འགྲེལ་བྱང་ངོ་ཟེར། དེ་ནས་ཕྱི་ཕྱུར་གྱི་དགོན་པ་ལ་མེ་ཤོར་ནས་མེ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁོ་རང་ཆོག་འགྲོ་བའི་ཉམས་དང་སྤྱག་བསྐུལ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་བྱང་  
 རྟེན་སྐད་ངན་འདོན་བཞིན་དུ་ཤི་ནས་དམུལ་བར་སོང་བ་ཡིན་གསུངས། མནར་མེད་  
 ལ་སོགས་འཛིགས་རུང་བའི། ། དམུལ་བའི་བསྟན་པ་གང་ཡིན་པ། ། སྤྱིབ་དཔོན་  
 ལ་ནི་སྤྱིད་པ་རྣམས། ། དེར་ནི་གནས་པར་ཡང་དག་བཤད། ། ཅེས་པའི་སྐབས་སུ།  
 མནར་མེད་སོགས་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་དམུལ་བ་གང་བསྟན་པ་རྣམས་ནི་དོ་རྩེ་སྤྱིབ་  
 དཔོན་ལ་སྤྱིད་པ་རྣམས་གནས་པའི་ཡུལ་ཡིན་གསུངས་པ་ཡིན། མི་དགོ་བའི་བཤེས་  
 གཉེན་དང་སྤྱིག་གྲོགས་བསྟེན་ནའང་། ཞེས་སོགས་ནི་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་  
 འགལ་ལྷ་དེ་དག་བསྟེན་ནའང་། ཉེས་དམིགས་ཆེ་བའི་དོན་ཡིན་གསུངས། དེ་  
 ལྟར་ན་སྤྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གདམས་པ་ཡང་སྤར་བཤད་པ་  
 ལྟར་གོ་དགོས་ཀྱི་དམིགས་པ་བྱན་རེ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་ལ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ།  
 སྤྱགས་ནས་བཤད་པའི་སྤྲ་མའི་རྣལ་འབྱོར་དང་འདིའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ལ་  
 བྱད་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་དེ། འདིའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཡིན་ན་སྤྱགས་ཀྱི་སྤྲ་  
 མའི་རྣལ་འབྱོར་ཡིན་པས་མ་བྱལ་ཀྱང་ཅིག་ཤོས་ཡིན་ན་ཚུར་བྱལ། གནད་དག་མ་  
 ཤེས་ན་ཆོས་གང་བྱས་ཀྱང་རྣམ་དག་ཏུ་འགྲོ་བ་དཀའ་སྟེ། པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པས། ཐོས་བསམ་བྱ་བུལ་བྱེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་པ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 འགྲོ་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་བདག་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་རུ་སྤྱིང་གི་ཆེན་དོ་རྩེ་འཆང་ནས་  
 ཀྱང་སྤྲ་མཆོད་དངོས་གྲུབ་འདོད་འཛིན་མཇུག་ཏུ། བསྟེན་ཚུལ་སྤྱིགས་སྤྱང་དེང་



དང་བབ་ཅེལ་ཆོག ། མཁྱེན་མཁྱེན་བཟླས་བཟློན་དགོས་པ་འབྲུབ་སྲིད་ན། །  
 ངལ་བརྒྱས་བཞེན་དང་བཅས་མིན་མས་གུས་མཁན། ། རྩོན་བྱོན་མཁས་གྲུབ་དེ་  
 དག་མ་འབྲུལ་ལམ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་ཅིང་པོས་རྟོག་  
 དཔྱད་མ་བྱས་པར་སྤྱི་མ་ཆང་འབྲུང་མཁན་དང་མཉམ་དུ་བསྐྱེད་ན་དང་པོ་སྤྱི་ལ་  
 སྤར་མོ་འགོ་བས། དེ་ནས་དེ་ཡང་བཞག་ དེ་ནས་ཆང་སྒྲག་མཁན་བྱས། དེ་ནས་  
 རང་གིས་བརྟུང་སྟེ་གང་ལས་ཀྱང་བྱ་བ་ཞིག་ཡོང་གསུངས། འོ་སྤྱི་ཉོན་མོངས་  
 རགས་ལ་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་མི་ཤེས་ཤིང་ཤེས་ཀྱང་མི་བྱེད་པར་དུ་མ་ལ་ཆོས་  
 ཉན་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་འོ་སྤྱི་ལ་སྦྱོར་མང་དུ་གསུངས་ཏེ། ཉོན་མོངས་  
 རགས་པ་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་མི་ཤེས་པ། ཤེས་ཀྱང་མི་བྱེད་པ། དུ་མ་ལ་ཆོས་  
 ཉན་པ་རྣམས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལྟར་སྦྱོར་མང་པོས་ཉེས་དམིགས་གསོག་ལ། དེ་  
 ཡང་བཤགས་སྤྱི་མ་སོགས་ཀྱི་སྤྱོད་འབྲུང་དཀའ་བས། རང་གི་སྤྱོད་ལ་བཏགས་ནས་  
 བཤེས་གཉེན་བཞེན་དཀའ་བར་སྤྱང་ན་དང་པོ་ནས་མདོ་སྤྱི་སོགས་བལྟས། སྤྱི་མ་  
 མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་རྟེན་པའི་སྦྱོན་ལམ་འདེབས་པ་རང་གལ་ཆེ་བ་ཡིན་གསུངས།  
 ཡང་དགེ་བཤེས་ལྟ་བུ་བཟོ་བ་སྦྱོར་པ་ན་དགེ་བཤེས་ཉ་ག་མོ་པས་སྤྱགས་སྤྲུལ་ཆེན་པོ་  
 མཛད་ནས་སྤྱི་མ་འདི་བསྦྱོར་གསོས་པའི་བྱིར་རྒྱ་གར་ནས་ཨ་རུ་ར་སྦྱོར་པ་ལེན་  
 དགོས་ཀྱང་འགྲོ་དགོངས་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ལྟ་བུ་བཟོ་ཞིང་དུ་ཕེབས་ཀར་སྤྱོད་མ་  
 གཞན་རྣམས་ཀྱིས་གཤགས་པ་འབྲུལ་དུ་འོངས་པ་ན། ཉ་ག་མོ་པས་ཀྱང་བཤགས་  
 པ་སྤྲུལ་བས། ལྟ་བུ་བཟོ་གཟིམ་མལ་ནས་ཏར་གྱིས་བཞེངས་ནས། བྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་  
 བཤགས་པ་འབྲུལ་དགོས་པ་ཅི་ཡོད། བྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་བཤགས་པ་འབྲུལ་ན་བཤགས་  
 པ་འབྲུལ་མི་དགོས་པ་སྤྱོད་ཡོད། བྱོད་ཀྱིས་ད་རེས་ངའི་ཁ་ལ་ཉན་པས་མ་འོངས་པ་ན་  
 བྱོད་ཀྱི་ཁ་ལ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཉན་པ་ཞིག་ཡོང་གསུངས་ནས་ཞིང་  
 གཤེགས་པ་ཡིན། དེའི་གནད་ཀྱིས་དགེ་བཤེས་ཉ་ག་མོ་པ་དེས་ལྟ་བུ་བཟོའི་མན་ངག་



གི་རྒྱུན་ཐམས་ཅད་སྤེལ་ཞིང་། སྟོང་ལུང་པ་རྣམས་ལ་ཞོ་ཉེས་ཆང་ཉེས་ལོ་ཉེས་ཅི་  
བྱང་ཡང་ཉ་ག་མོ་པ་ལ་བྱ། དེང་སང་ཡང་དགེ་བཤེས་དེའི་སྐུ་འབྲུམ་ཡིན་ཟེར་བ་  
ཞིག་འདུག་པ་ནས་ཞོ་ཉེས་རེ་བྱང་ན་ཡང་དེ་ནས་ཐལ་བ་རེ་འདེབས། ཆང་ཉེས་རེ་  
བྱང་ན་ཡང་ཐལ་བ་རེ་འདེབས། ལོ་ཉེས་རེ་བྱང་ན་ཡང་དེ་ལྟར་བྱས་པས་དེ་ཆོ་མི་  
ཡོང་བ་ཡིན་པ་འདུག་གསུངས། སྦྱང་ཚུལ་དངོས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ལམ་རིམ་འདི་  
ཉིད་ཀྱི་བྲིད་དངོས་གཞི་འདི་ནས་ཚུགས་པ་ཡིན་པས་དེ་ཡང་ཙ་བ་ཆེ་ཚུལ་ནི། རྩ་  
བོས་འབྲེམ་ལ་མན་ངག་འདི་གནང་བའི་ཆོ། འབྲེམ་གྱིས་རྩོ་བོ་ལ། ཁོ་བོ་ལ་མན་  
ངག་འདི་གནང་ནས་ཁོང་ག་ཞན་པ་ལ་མི་གནང་བ་ཅི་ལགས་ཞུས་པས། ངས་སྟོང་  
མིན་པ་གཏད་ས་མ་རྟེན་གསུངས། འོ་ན་དགེ་བཤེས་བཙུན་འགྲུས་ལ་གནང་བར་  
ཞུས་པས། ཆོས་འདི་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ཁོང་ལ་པན་མི་ཐོགས་གསུངས་པ་ཡིན།  
དེ་བཞིན་དུ་པོ་ཏྲོ་བས། ལམ་སྟོན་ཤོག་བྱ་གཉིས་པོ་འདི་མདོ་དང་དགོངས་འགྲེལ་  
གྱི་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འགྲེལ་པར་སོང་བས། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་དང་།  
སྟོང་ལུང་བས་བསྟན་རིམ་གསུངས་དུས་ཀྱང་། ངས་ཆོས་ཀྱི་གཡག་པོ་ཆེ་གཤམ་བ་  
ཡིན་གསུང་བ་དང་། ཡང་ངས་བསྟན་རིམ་བཤད་ཅ་ན་འཇམ་བུ་གླིང་པར་རྒྱབ་ཀྱི་  
པོ་ཏྲོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སེམས་ལ་དབྱུས་ཀྱི་བན་ཀན་སེ་བོ་འདིས་ངེད་ཆོའི་དོན་ཐམས་  
ཅད་བཤད་དང་འདྲ་ཀྱི་འདུག་སྟུང་དུ་འདར་བྱུང་སྟེ་འགྲོ་ཞེས་ཉམས་བཏོན་ནས་  
གསུངས་པ་དང་། དགེ་བཤེས་ལག་སོར་བས། འདི་བསྟན་བཅོས་འཕྲུལ་གྱི་ལྡེ་  
མིག་ཡིན་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་རྒྱ་གར་དུ་ལྡེ་མིག་གཅིག་གིས་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཐམས་ཅད་  
ཕྱེ་བྱུབ་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་འཕྲུལ་གྱི་ལྡེ་མིག་ཟེར། དཔེ་དེ་དང་འདྲ་གསུངས། དེ་  
ནས་སྦྱོར་ཆོས་འདྲིན་ཚུལ་ལ་ཡང་བྱད་པར་ཡོད་དེ། བདེ་ལམ་ནས་བཤད་པའི་ཆོ།  
སྦྱོར་ཆོས་གསུམ་པ་ལ། སྟན་བདེ་བ་ལ་ལུས་འདུག་ལུགས་བརྒྱད་དམ་སྦྱོང་ལམ་  
གང་བདེར་འཁོད་ནས་རང་རྒྱུད་ལ་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་དགེ་སེམས་བྱད་པར་



ཅན་གྱི་དང་ནས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཆད་མེད་བཞི་སྟོན་པ་རྒྱད་དང་འདྲེས་  
 དེས་སྐྱ་བྱ་བ་ཞེས་འདྲེན། ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་ནས་བཤད་སྐབས། སྟན་བདེ་བ་ལ་  
 ལུས་དྲང་པོར་བསྐྱང་སྟེ་སྐྱེལ་མོ་གྲང་ཕྱེད་དུ་ཡང་རུང་བའི་སྒྱིད་ལམ་གྱིས་འཁོད་ནས་  
 སྐྱབས་སེམས་རྒྱད་དང་འདྲེས་དེས་སྐྱ་བྱ་བ་ཞེས་འདྲེན། སྦྱར་ཆོས་ལྔ་པ་ལ་བདེ་  
 ལམ་སོགས་སྟ། བསལ་སྐྱང་གི་གནད་བསྐྱེད་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མཆོལ་དང་  
 བཅས་པ་འབྲལ་བ་ཞེས་མཆོལ་ཡར་འདྲེན། ལམ་རིམ་ཆེ་ཆུང་དུ། དེ་ནས་མཆོལ་  
 ཡུལ་ཏེ་ཞེས་མཆོལ་སྦྱར་ཆོས་དུག་པའི་ཁོངས་སུ་མར་བསྐྱེད་ནས་འདྲེན་པ་ཡིན།  
 དེ་ཡང་གནས་ཁང་བྱི་དོར་གྱིས་སྐབས་སུ་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྲང་གཙོ་ཆེ་སྟེ། བཤེས་  
 གྲིངས་ལས། གྲིངས་དང་བྲལ་ལ་མང་དུ་གསོལ་ཅི་འཆོལ། ། ཡན་པའི་གདམས་  
 ངག་དོན་པོ་འདི་ལགས་ཏེ། ། བྱིད་ཀྱི་ཐུགས་དུལ་མཛོད་ཅིག་བཅོམ་ལྡན་གྱིས། །  
 སེམས་ནི་ཆོས་ཀྱི་རྩ་བ་ལགས་པར་གསུངས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ།  
 འདིར་འཕགས་པ་གནས་བརྟན་ལི་ཆུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་རུང་ཟད་ཁྱེན་འཕགས་པའི་  
 གནས་བརྟན་ཆེན་པོ་ལམ་བསྟན་གྱི་གཙུང་པོ་ལམ་བཟན་བརྟན་ཞེས་པ་དེ་འཕགས་པ་  
 ལམ་ཆུང་པ་ཞེས་པ་དེ་རེད། དེ་བཟམ་ཟེའི་རིགས་ཡིན་པ་ལ་པ་མས་བཟམ་ཟེའི་རིག་  
 ཕྱེད་བསྐྱབ་དུ་རང་གི་རྩོམ་ལམ་བསྟན་པའི་ཐད་དུ་བཏང་བར། ཐོག་མར་བཟམ་  
 ཟེའི་རིག་ཕྱེད། ཨོ་ལྷ་རུ་ལྷ་བ་སྐྱེད་ཞེས་པ་འདི་རང་མ་ཤེས། དེ་ནས་རིག་ཕྱེད་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་གཞན་གང་ཡང་གཏི་ཐུག་ནས་མ་ཤེས་པར། དེ་གནས་ནས་བཏོན་ཏེ་  
 རྒྱལ་ཕྱེད་ཆོལ་གྱི་སྟོན་དུ་ཉམ་ཐག་བཞིན་དུ་བསྐྱེད་པས། བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 ཐུགས་རྗེ་ཅན་གྱིས་དེའི་ཁམས་དང་། བསམ་པ་དང་། བག་ལ་ཉལ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་  
 མཐེན་བཞིན་དུ་བྱི་བ་མཛོད་པར། དེ་ཤེས་རབ་དམན་པས་བཟམ་ཟེའི་རིག་ཕྱེད་  
 སོགས་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མ་ལོབ་པར། དང་པོ་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་གནས་ནས་སྐྱང་  
 སྟེ་རྩོམ་ལམ་བསྟན་པའི་རྩར་བཏང་བས་རིག་ཕྱེད་གང་ཡང་མ་ལོབ་པར་རྩོམ་



ཀྱང་གནས་ནས་བཏོན་ཏེ་གནས་སྐབས་འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཉམ་ཐག་ཚུལ་  
 རྒྱས་པར། འོ་ན་བྱིད་རང་ནང་དུ་ཤོག་ལ་ཡོན་ཏན་ལ་སྦྱངས་ཤིག་གསུངས་པས།  
 དེས་སྒྲུས་པར། བདག་ནི་ཏ་ཅང་ཤེས་རབ་ཤིན་ཏུ་བརྒྱལ་ནས་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་  
 མི་སྒྲོབ་རྒྱས་པར། འོ་ན་བྱིད་ཀྱིས་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་ཕྱག་བདར་བྱེད་ཞེ་ཤེས་  
 གསུངས་པར། དེ་རང་ཤེས་ལགས་རྒྱས་པས། དགོ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་ལ་  
 གད་བདར་རྒྱུ་ཅིག་གསུངས། ཁ་འདོན་དུ་རྒྱལ་སྤང་། དྲི་མ་སྤང་ངོ་ཞེས་ཐོན་  
 ཞིག་ཅེས་བསྐྱབ་ནས་ཕྱགས་མ་རྒྱག་བཅུག་པས། ཁོས་ཀྱང་བཙོན་འགྲུས་བསྐྱེད་  
 བྱས་གད་བདར་བྱས་པར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཐུས་གཙུག་ལག་ཁང་གི་གཡས་སྒྲོགས་  
 གད་བདར་ཚར་རེས་གཡོན་སྒྲོགས་ཁེངས། གཡོན་ཚར་རེས་གཡས་རྒྱལ་གྱིས་  
 ཁེངས་པ་སོགས་མང་དུ་བྱུང་ཡང་ངལ་བ་མེད་པར་ཕྱག་བདར་རང་བྱས། ཁ་ཏོན་  
 ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱས་པའི་མཐར་ལམ་རྒྱུད་པས་ཕྱགས་མ་ལག་ཏུ་བབྱང་བ་དེ་ཁའི་ལུང་  
 རྒྱལ་འདི་ས་རྒྱལ་མ་ཡོན་འདོད་ཆགས་རྒྱལ། རྒྱལ་འདི་ས་རྒྱལ་མ་ཡོན་ཞེ་སྤང་རྒྱལ།  
 རྒྱལ་འདི་ས་རྒྱལ་མ་ཡོན་གཏི་ལྷག་རྒྱལ། ཞེས་པ་སྒྲོ་ལ་ལྷལ་གྱིས་ཤར་བས་ཁམས་  
 གསུམ་གྱི་འཁོར་བའི་གནས་འདིར་སྤྱག་བསྐྱལ་ཏུ་འདུག་མཁན་དེ་ཉོན་མོངས་དུག་  
 གསུམ་དང་། དེའི་རྩ་བ་མཐར་གཏུགས་ན། བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་འདི་ལ་ཕྱག་  
 ཚུལ་སོགས་བསམ་པས། དེ་མ་ཐག་འཕགས་པའི་བདེན་པ་མཐོང་སྟེ་དགྲ་བཙུན་  
 པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ཡོན་ཚུལ་གསུངས། སེམས་དང་བས་ཕྱག་བདར་བྱས་པའི་  
 པན་ཡོན་ནི། ཁང་བྱ་བཅེགས་པའི་མདོ་ལས། ཕྱག་བདར་བྱས་པ་ལ་པན་ཡོན་ལྷ་  
 ཡོད་དེ། རང་གིས་སེམས་དང་བར་འགྱུར། གཞན་གྱི་སེམས་དང་བར་འགྱུར།  
 ལྟ་ནམས་དགའ་བར་འགྱུར། མཛེས་པའི་ལས་གསོག་པར་འགྱུར། ལུས་ཞིག་ནས་  
 ལྟའི་ནང་དུ་སྒྲིབ་པར་འགྱུར། ཞེས་གསུངས་པ་ཡོན། དེ་ཡང་ད་ལྟ་རང་རེ་ལས་དང་  
 པོ་བ་རྣམས་སྤྲ་སར་སར་ནས་ཆིག་སྒྲིབ་བྱུང་མདོག་ཁ་བ་མི་བྱེད་པར་གྲོགས་རྣམ་



པར་དག་པ་དང་འགྲོགས་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། དགེ་བཤེས་སྟོན་པས་ཀྱང་ཞིང་དུ་  
 གཤེགས་ཁར་པོ་ཏོ་བ་ལ། ད་པན་ཆད་གསུམ་ཡན་ཆད་ལྷ་མན་ཆད་དཔུང་གདང་  
 འཆོས་ལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་མདོ་སྡེ་ལ་གྱིས། སེམས་བཟང་པོ་གྱིས་དང་ཁྱད་  
 པར་ཅན་དང་ཕྱད་དེ་འོང་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། སྟོན་བདེ་བ་ལ་ཞེས་པའི་  
 སྐབས་བསམ་གཏན་གྱི་སྟོན་དང་མལ་སྟོན་གཉིས་གཅིག་པ་བྱས་ཀྱང་ཆོག སྟོན་  
 འོག་དུ་གཡུང་དུང་ཆོས་སྐྱོར་རིས་སུ་འབྱེ་བ་ནི་ས་གཞི་རྩོམ་རིམ་རང་བཞིན་དུ་བྱིན་  
 གྱིས་བརྒྱབས་པ་ཡིན། ཅ་དུར་པ་འདིང་བ་ནི། དུར་པ་ཆེ་རིང་བའི་རྣམས་ཡིན་པས་  
 རྒྱབ་པ་པོ་ཆེ་རིང་བ་དང་། དེའི་གནད་གྱིས་རྒྱབ་པ་ཡུན་རིང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡོད་  
 གསུངས། རྒྱ་གསུང་བྱགས་རྟེན་བཀྲམ་པའི་སྐབས། དགོས་ངེས་ཀྱི་བདག་ཅག་གི་  
 སྟོན་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྐུ་དང་། བུམས་འཇམ་དབྱངས་གཉིས། རྩོ་བོ་རྩེ། འབྲོམ་  
 སྟོན་པ། རྩེ་ཡབ་སྲས། རང་གི་སྤྲུལ་ལྷ་བྱའི་སྤྲུལ་གཏོགས་གཞན་སྐུ་འདྲ་དང་དཔེ་  
 ཆ་མང་པོ་ཉར་མི་ཉན། རང་རེའི་བཀའ་རྒྱུད་འདི་གྲུབ་མཐའ་གཞན་ལ་སྤང་  
 བྱགས་ཆེ་བ་མིན་ཡང་། རང་ཉིད་ལྟ་སྦྱོང་རྣམས་པར་དག་ཅིང་། གཞན་དག་ལ་དག་  
 སྤང་སྦྱོང་བ་མ་གཏོགས་དངོས་སུ་དཔེ་ཆ་ཡིན་པ་ཙམ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་ཉར་ན་  
 དེའི་བརྗོད་བྱ་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཅི་ཡང་མེད་པར་ཆོག་ཙམ་ལ་སྦྱང་པོར་བཟུང་ནས་  
 ཐབས་བཅོས་སོགས་བྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་དབྱེ་འཁོར་ནས་ལམ་རྣམས་པ་དག་པའི་  
 ཉམས་ལེན་ལས་རིང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་སྦྱོན་མང་པོ་ཡོད་པས་བྱགས་ལ་འཛོག་  
 དགོས། ལྷག་པར་དཔེ་ཆ་མང་པོ་ལ་རྩི་འཛོག་ཆེ་མདོག་བྱས་ན། མཚམས་ཤིག་ན་  
 ཆངས་པར་སྦྱོང་པ་བྱག་རྒྱ་མ་བཞེན་པའི་མན་ངག་དང་ཕྱད་ཡོང་། དེ་དང་ཕྱད་ན་  
 དེ་ལས་སྤྱག་པ་ཅི་ཡོད། ཡང་གྲ་རྒྱུད་ཀྱན་སྤངས་ལྟ་བུ་དང་། བྱགས་སུ་ཐེབས་མི་  
 སོགས་ཀྱིས་ནི་སྐུ་འདྲ་དངོས་སུ་མ་འབྱོར་ཀྱང་རྒྱབ་པའི་མཆོལ་འཆའ་བ་ཡིན། དེ་  
 ཡང་རྩོམ་གཡབ་ལེབ་ལྟ་བུ་གཙང་བ་ཞིག་ལ་འབྱུང་ཆོམ་བྱ་དགུའམ་ལྷ་འགོད།



དེ་ནས་མཁོ་ལ་སྒྲིག་པ་སྒྲིག་སྒྲུབ་ལྟར་བསྐྱེད་དགོས་པ་ནི་མིན། དེ་ནས་བསྐྱེད་ལྟར་བྱ་བ་ཡིན།  
 མཛོད་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་སྒྲིག་སྒྲུབ་དང་འབྲེལ་ཆེ་བསྐྱེད་ཆོག་བྱས་ཀྱང་  
 ཆོག་། མཛོད་པ་གཡོ་མེད་ཅིང་། ཞེས་པའི་གཡོ་ཆུ་མེད་པ་ནི་མཛོད་པའི་རྒྱ་  
 འཆོལ་བའི་དུས་དང་། མཛོད་པ་འབྲུལ་བའི་དུས་གཉིས་ཀྱི་དགོས་པ་ཡིན།  
 ཉིང་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཉི་མ་ལ་བཞག་ན་དེའི་འོད་ཀྱིས་མི་མ་ཡིན་འགའ་ཞིག་ལ་འཇིགས་པ་  
 ཆེན་པོ་སྐྱེ་བས་དེ་ཡང་ཞིག་མི་ཉན་གསུངས། ཡང་ཕུར་ཕྱོག་སྒྲུབ་མ་བྱམས་པ་ཡོ་བྱད་  
 མེད་པར་བཞག་སྐབས། དཔོན་པོ་མི་དབང་གི་ཞབས་མཉེ་ཞིག་གིས་བྱུང་བྱས་ཞུས་  
 པའི་ཡོན་ཏུ་ཁ་བཏགས་མཉེ་མཛོད་ཞིག་དང་གསེར་ཞོ་དོ་ཕུལ་བས། ད་རེས་ཀྱི་  
 འདིས་མཛོད་པ་ནམ་དག་ཞིག་བྱེད་དགོས་དགོངས་ཏེ། གསེར་དེས་མར་གཟིགས་  
 ནས་ཞལ་བས་རྒྱ་མཆོ་མ་ཞིག་བཞེངས་ནས་ཤག་ཏུ་འབྲུལ་པར་མཛོད་པས་རྗེས་སེར་  
 ནམ་མཁའ་མཛོད་ལ་མངའ་བཞེས་པ་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ཡང་བསམ་པའི་བྱེད་  
 པར་ཡིན་ཏེ། འབན་གྱི་སྐྱེ་མཁུན་དུ་སྐྱེན་བདག་ཞིག་ཡོང་མཁུན་ཡོད་པར་མཛོད་  
 པ་ལྷགས་པར་བཤམས། ཀྱན་སྦྱང་ལ་བཏགས་པས་སྐྱེན་བདག་གི་ངོ་འཛིན་ཡིན་པར་  
 མཐུན་ནས་སྒྲིག་བྱས་ནས་ཐལ་བ་སྤར་བ་གང་བཞེས་ཏེ་མཛོད་པ་དེ་ནས་ལ་གཏོར་  
 དབུ་གཏུམས་ཏེ་བཞགས། དེ་པ་དམ་པས་གསན་པས་ཁོང་གི་ཞལ་ནས། བོད་ཀྱི་  
 ཆོས་པ་གཅིག་ལ་འབན་གྱུང་རྒྱལ་གྱི་ཐལ་པ་དེ་ལས་ཡག་པ་མ་བྱུང་གསུངས་པ་ཡིན་  
 གསུངས། ། །



## ཉིན་བརྒན་པ།

རྩོམ་ཆེན་པོས་སྤྱད་བསྟུས་སྤྱོད་མེད། རིགས་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
 གིས། །བཤེས་གཉེན་དམ་པ་བསྟེན་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་གསུངས་པའི་འདྲེན་པར་  
 མཛད་ནས་སྤྱོད་འགྲེལ་གསུང་བཤད་ཀྱི་སྐབས། བྱིད་ཅག་རིགས་ལ་གནས་པ་ཡིན་  
 པས་སྤྲུམ་བསྟེན་དགོས། རིགས་གང་ལ་གནས་ན། ཆོས་གོས་དང་། བསྟོན་  
 སྟོམས་དང་། གནས་མལ་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ་འཕགས་པའི་རིགས་  
 གསུམ་དང་། སྤྱོད་བ་དང་སྦྱོམ་པ་ལ་དགའ་བ་འཕགས་པའི་རིགས་གཅིག་སྟེ་  
 འཕགས་པའི་རིགས་བཞི་ལ་གནས་པ་ཡིན། འཆོ་བ་དགོན་པོ་ཇི་ཅམ་བྱང་ཡང་ད་  
 དྲུང་ལས་འབྲས་བསམས་ནས་ཆོས་ལ་ཡིད་ཆེས་བསྐྱེད་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། པོ་ཏྲོ་བས།  
 རྒྱ་འབྲས་ལས་ལ་ཡོད་པ་གོ་བྱུར་ན། །རྒྱུ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་འབྱུར་བ་གལ་སྲིད། །  
 ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། གསུམ་གྱིས་ཚུལ་བཟུན་ཐ་མའི་ལས།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འཕགས་པའི་རིགས་བཞིའི་ནང་གི་སྦྱོམ་པ་ལ་དགའ་བ་ནི་  
 ལམ་སྦྱོམ་པ་འདི་ལྟ་བུ་དང་མ་བྲལ་ན་སྦྱོམ་པ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཚུལ་  
 བྲིམས་བསྐྱེད་པ་ཡང་ཡིན། སངས་རྒྱལ་བྱང་སེམས་རྣམས་ཀྱང་དེས་དགྱེས་པར་  
 འབྱུར་ཏེ། པོ་ཏྲོ་བས། ང་འདྲོད་པས་གཏི་ལྷམ་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། བྱིད་ཅག་གིས་  
 ཚུལ་བྲིམས་སྣ་རེ་བསྐྱེད་པ་ལ་ང་ཡང་དགའ་ན་འཕགས་པའི་སྤྱོད་པ་རྣམས་ལྟ་ཅི་  
 སྦྱོས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་འདྲོད་པ་རྒྱུ་བ་དང་ཆོག་ཤེས་པ་ཞིག་གལ་ཆེ། དེ་  
 མེད་ན་འདྲོད་ཆེན་དང་ཆོག་མི་ཤེས་པར་སོང་ནས་ཆོས་ཡོང་བའི་ཐབས་མེད།  
 དེའི་འདྲོད་པ་ཆེ་བ་ནི་བཅའ་ལག་སྟགས་འདི་དང་འདི་བྱང་ན་སྦྱོམ་པ་དང་། ཆོག་  
 མི་ཤེས་པ་ནི་ཇི་ཅམ་བྱང་ན་ཡང་ད་དྲུང་དེས་མི་ངོམས་པ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས།



རྟེན་ལ་ཡང་བྱེད་ཆོག་མི་ཤེས། མ་རྟེན་ལ་འདོད་འདོད་ཆེན་ཅན། ཞེས་གསུངས།  
 ཅེས་པ་བསགས་ནས་དག་བྱས་ཀྱང་ཆེར་མི་པན་ཏེ། དག་བཤེས་ཤ་ར་བས། ང་  
 བོ་ཁྱོད་ལ་གཏོང་བའི་པན་ཡོན་མི་བཟོད་ཀྱི། འཛིན་པའི་ཉེས་དམིགས་བཟོད་པ་  
 ཡིན་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། ལྟན་བདེ་བ་ལ་ལྟས་དྲང་པོར་བསྐྱང་སྟེ་ཞེས་  
 སྒྲུག་གི་སྐབས། ཀླང་པ་ལག་པ་རྟེན་པ་གསུམ། སྔ་མཆུ་ལྷེ་རྣམས་སྟོན་པས་བཞི།  
 མགོ་མིག་ཕྱག་པ་དབུགས་དང་བཞི། རྣམ་པར་སྤང་མཛད་ཆོས་བརྒྱད་ཡིན།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་པ་དོ་རྗེའི་སྒྱུ་ཀྱང་ངམ་བྱེད་སྒྱུ་ལ། དེ་ཡང་གཡས་པ་བྱེ་  
 དང་གཡོན་པ་ནང་དུ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་འདི་ལ་དགོས་པ་ལྟ་ཡོད། ལག་  
 པ་གཉིས་མཉམ་གཞག་སྐལ་ཆོགས་ཉི་ཤུ་ཙུག་མཉམ་ལྟར་བསྐྱང་། སྔ་དང་  
 མཆུ་རང་བབས་སུ་བཞག་ལྷེ་ཅེ་རུང་བད་རྟེན་ལ་སྒྱུར། མགོ་གྲག་ཅམ་བྱེད།  
 མིག་སྒྲ་གཤོག་པན་རྒྱན་རིག་ཅམ་བྱས་ནས་སྒྲ་ཅེར་པ་བས། ཕྱག་པ་རང་སྔར་  
 བཞག་སྟེ་རྣམ་སྤང་གི་ཆོས་བདུན་ལྟར་དུ་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ལ་དེ་  
 ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་བྱུང་བ་མེད་དེ། བ་ལང་བདག་ལ་བ་ལང་གི་ཉལ་སྤངས་སུ་  
 འདུག་པས་སྟོན་སྒྱུས་པ་སྒྲུག་དམིགས་བསལ་འགའ་ཞིག་ཡོད། མཛོད་ལས།  
 བསྐྱང་གཉིས་ལྟན་ཆོག་མི་ཤེས་དང་། ། འདོད་ཆེན་ཅན་ལ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ལྟས་འདུ་འཛི་ལས་བསྐྱང་བ་དང་། སེམས་རྣམ་རྟོག་ལས་བསྐྱངས་  
 དགོས་པ་དེ་ཡང་སྤང་བཤད་པའི་འདོད་ཅན་དང་། ཆོག་མི་ཤེས་པ་ལ་མ་ཡིན་ནོ་  
 ཞེས་དེ་གཉིས་ལ་མི་ཡོང་བར་གསུངས་པ་ཡིན། ལྟས་གནད་འཆའ་བ་འདི་ལ་མར་  
 པ་ལོ་རྩྭ་སྔོན་པོ་དེ་གི་སྟོན་ཐམས་ཅད་སྒྲུགས་གཅིག་དུ་བསྟོནས་ཀྱང་ངའི་འདུག་ལྟགས་  
 ལ་དོ་མི་ཡོང་གསུངས་པ་ཡིན་པས་འདི་གནད་ཤིན་དུ་ཆེ་སྟེ། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཙ་  
 རྣམས་ཀྱི་ནང་དུ་རྒྱུད་འགྲོ་བདེ་ཞིང་། དེའི་གནད་ཀྱིས་སེམས་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་  
 གནས་པ་འབྱུང་ལ། དེ་བྱུང་ན་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། བསམ་གཏན་སེམས་ལ་དབང་



བསྐྱར་རྒྱལ་པོ་སྟེ། ། བཞག་ན་གཡོ་མེད་རི་ཡི་དབང་པོ་བཞིན། ། བཏང་ན་དགེ་  
བའི་དམིགས་པ་ ཀུན་ལ་ འཇུག ། ལུས་སེམས་ལས་སྤྱ་རྩང་བའི་བདེ་ཆེན་  
འདྲེན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡོང་བ་ཡིན། རྣམ་རྣམ་གི་ཆོས་བརྒྱད་ལྟ་བུ་  
ན། གོང་གི་བདུན་གྱི་སྟེང་དུ་དབྱགས་འགྲོ་འོང་བསྟན་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་རྒྱང་ཆམ་ལ་  
འབེབས་པ་དང་། རྒྱང་རྩོད་ཀྱི་སྤྱགས་བྱ་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་རྒྱང་ཆམ་ལ་  
འབེབས་པའི་དོན། བདག་རང་གི་བསམ་ཚེད་ལྟར་ན། རྒྱང་རྣམ་རྟོག་གི་བཞིན་  
པ་ཡིན་པས་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་དོན་ཡིན་ནམ་སྟམ་ཞིང་། དེ་ནི་  
ཐོག་མར་རང་རྒྱང་ལ་བཏགས་ཏེ་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་མངོན་དུ་གྱུར་འདུག་ན། རྣ་  
བྱག་གཡས་ནས་རྒྱང་དལ་བྱས་གཏོང་བ་དང་མཉམ་དུ་རྣམ་རྟོག་ངན་པ་རྣམས་སྤྱིར་  
འབྱད། རྣ་བྱག་གཡོན་ནས་རྒྱང་དལ་བྱས་རྩབ་པ་དང་མཉམ་དུ་སངས་རྒྱས་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཐམས་ཅད་ནང་དུ་ཞུགས་པའི་མོས་པ་བྱས་ཏེ་དེ་འདྲ་བ་ཉེར་  
གཅིག་དང་། ཡང་ཀུན་སྤྱོད་དགེ་བའི་ངང་དུ་འདུག་ན་སྟོན་ལ་ཚུར་རྩབ། དེ་ནས་  
ཕར་གཏོང་། དེ་འདྲ་བ་ཉེར་གཅིག་བྱས་མཐར་ཐུན་ལ་འཇུག ཡང་རྒྱང་རྩོད་ཀྱི་  
སྤྱགས་བྱེད་ན་རྣ་བྱག་གཡས་ནས་བཏང་སྟེ་གཡས་ནས་རྩབ་པ་ལན་གསུམ། གཡོན་  
ནས་བཏང་སྟེ་གཡོན་ནས་རྩབ་པ་ལན་གསུམ། གཉིས་ཀ་ནས་བཏང་སྟེ་གཉིས་ཀ་  
ནས་རྩབ་པ་ལན་གསུམ་སྟེ་དགྲ་བྱེད་པ་ཡིན། འདི་ཕྱག་ཆེན་གྱི་རྒྱང་རྩོད་ཀྱི་སྤྱགས་  
དག་ཏུ་གསལ། ། དིགས་པ་དྲུངས་སྟོགས་ལེགས་པར་སྟེ། ། རྣམ་དག་དགེ་བའི་  
སེམས་ལྟན་པས། ། སྤྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ནན་ཏན་བྱ། ། ཞེས་པའི་མན་ངག་  
ཡིན། ལམ་རིམ་འདིར་རྒྱང་ཆམ་ལ་འབེབས་པ་འདི་ཁ་བྱེད་པ་ཡིན། ཡང་ཙ་དུར་  
བ་འདིང་བ་འདི་བཅོམ་ལྟན་འདས་སངས་རྒྱ་ཁར་ཙ་འཆོང་གི་བྱིའུ་བཟླ་ཤེས་ལ།  
བཟླ་ཤེས་ང་ལ་དེ་རིང་ཙ་ཅིག་བྱིན། ། དེ་རིང་ང་ལ་ཙ་ཡིས་དོན་ཆེན་འགྲུབ། །  
ཅེས་དང་། བསྐྱལ་མང་རྟེན་དཀའི་བྱང་རྒྱབ་མ་ཐོབ་པར། ། སྟན་འདི་ལས་ནི་



བསྐྱལ་བསྐྱེད་མི་བྱའོ། ། ཞེས་གསུངས་ནས་ཙུ་བ་ཞེས་ཏེ་འདིར་བར་མཛད་ནས་  
 དེའི་ཉིང་དུ་བྱང་ཆུབ་མཛོན་དུ་མཛད་པའི་རྣམ་ཐར་དུན་པའི་ཆེད་དུ་འདིར་བ་ཡིན།  
 ཉིན་པས་དམ་བཅའ་དེ་ལྟར་མཛད་ཀྱང་མཛད་ལ་བྱང་ཡང་བྱང་བ་ཡིན། ང་རང་  
 རྣམས་ནི་དེ་འདྲའི་དམ་བཅའ་བྱེད་ཀྱང་མི་དགོས་ལ། ཡོང་ཡང་མི་ཡོང་། འོ་ན་  
 གང་དམ་བཅའ་དགོས་ན། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས། སྤྱི་མ་བཟང་  
 པོ་དང་། དགོན་པ་བཟང་པོ་ལ་བལྟས་ནས་བྱིན་ན། རྩོམ་འཇུག་གི་རིམ་པ་འདི་  
 མ་ཆེད་བར་དུ། དེ་ལས་གཞན་དུ་མི་འགྲོ་བའི་དམ་བཅའ་བྱེད་དགོས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། རྒྱལ་ས་སེམས་བྱེད་ཁར་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་སྒྲིམ་པ་དང་། སེམས་སྐྱེད་  
 དངོས་གཞིའི་རྒྱལ་ས་སེམས་བསྐྱེད་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དང་པོ་ནི་ཀུན་སྤྱོད་ཅམ་དང་།  
 བྱི་མ་ལ་ནི་ཆོ་གའི་སྒྲིམ་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡང་ཡོད་དེའི་ངང་ནས་སྒྲིམ་པ་འཇུག་རྒྱལ་ས་  
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྒྲིམ་ཞེས་གྲགས་པ་སེམས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་ཡང་  
 དང་ཡང་དུ་གཏོད་པའི་དམིགས་རྣམས་སྐྱོང་བ་འདི་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་སེམས་  
 གྱི་དབང་དུ་གྱུར་ཞིང་སེམས་རང་གི་དབང་དུ་མ་གྱུར་ལ། སེམས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་  
 པ་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་བ་པ་རྣམས་ལ་རྗེས་སུ་སྤྱོད་པས་ཉེས་སྐྱོན་ཐམས་ཅད་སྐྱེད་པར་  
 བྱེད་པའི་སེམས་འདི་རང་གི་དབང་དུ་འགྱུར་བར་བྱས་ནས་དགེ་བའི་དམིགས་པ་ལ་  
 རྩོམ་འཇུག་འདོད་འདོད་དུ་བཀོལ་དུ་རྒྱང་བར་བྱེད་པའི་ཆེད་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་དུན་པར་བྱེད། དེའི་ངང་ནས་ལྷང་མ་བཟུན་གྱི་སེམས་ཤིག་གསལ་  
 བཏབ་དགོས། དེ་ནི་ཤེལ་དྲངས་མ་དང་འདྲ་ཉི། ཤེལ་དེ་རས་ཁ་དོག་རི་འདྲ་ཞིག་  
 གི་ཉིང་དུ་བཞག་ཀྱང་རས་དེའི་ཁ་དོག་གི་རྣམ་པ་དེ་ག་ཤར་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་  
 སེམས་དེ་ཡང་དགེ་མི་དགེ་གང་གི་རྩོམ་པོར་བསྐྱུར་ཡང་བསྐྱུར་བྱུང་པ་ཞིག་ཡོང་  
 གསུངས། ཡང་འཁོར་བ་འདི་གལ་ཏ་མགོ་སྤྱོད་དང་འདྲ། གལ་ཏ་གཅིག་གཡས་  
 སུ་ཡོད་ན་གཅིག་ཤོས་གཡོན་དུ་སྤོང་། དེ་གཉིས་གང་བྱས་ཀྱང་གཡས་གཡོན་འཁོར་



ནས་སྤྲོད་བ་མ་གཏོགས་ཁ་བྱལ་བ་མི་སྲིད། བདེ་འགྲོ་དང་དན་འགྲོ་གཉིས་ཀྱང་དེ་  
 དང་འདྲ། ཡང་ཀུན་སྤྲོད་འཆོས་པའི་འདི་ཙ་ཐིག་དང་འདྲ། ཙ་ཐིག་འཕྱུགས་ན་  
 ཐིག་གཞན་ཐམས་ཅད་འཕྱུགས་ནས་འགྲོ་དེ་བཞིན་དུ་ཀུན་སྤྲོད་འཆོས་པ་འདི་  
 འཕྱུགས་ན་དམིགས་པ་གཞན་ནམས་འཕྱུགས་འགྲོ་འདི་སྒྲིམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡང་ཡིན་  
 ཏེ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་དྲི་བ་ལྷག་བསམ་རབ་དཀར་དུ་སྒྲིམ་གྱི་ཐོག་མ་གང་ཡིན་ཞེས་འདྲི་  
 བར་མཛད་པའི་ལན་དུ། རྗེ་བཙུན་སྟོ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས། སྒྲིམ་  
 རྣམས་ཀུན་གྱི་དང་པོའི་མགོ། ། རྒྱ་གར་སྐད་མཚུངས་རང་རྒྱུད་ལ། ། ལེགས་པར་  
 བཏགས་པ་ཡིན་ནོ་ཞེས། ། ཟླ་མེད་སྤྲ་མ་མཆོག་བྱེད་བཞེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། རྒྱབས་ལུལ་གསལ་བཏབ་མ་བཏབ་བྱུང་ཆེར་མེད། གསལ་འདེབས་ཆེ་  
 འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་གི་ཆོགས་ཁིང་ལྟར་བྱེད་ན། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་དུ།  
 ཐོག་མར་ས་གཞི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་བདེན་པ་དང་།  
 སངས་རྒྱུ་དང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དང་།  
 ཆོགས་གཉིས་ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་མངའ་ཐང་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྣམ་  
 པར་དག་ཅིང་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་ཉིད་དུ་གྱུར་ཅིག་ཅེས་  
 སྒྲིམ་སྟེན་མདོ་ཆོག་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བདེན་སྟོབས་བརྗོད་པ་དང་། ཡང་བདག་  
 གི་བསམ་པའི་སྟོབས་དང་ནི། ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བདེན་སྟོབས་བརྗོད། དེ་  
 ཡང་ས་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་དབང་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་པས། ས་གཞི་གསེར་ལ་  
 བེའུ་ཅུའི་དོན་རྗེ་རྒྱ་གམ་དང་། ཡང་ན་ས་གཞི་བེའུ་ཅུ་ལ་གསེར་གྱི་དོན་རྗེ་རྒྱ་གམ། དེ་  
 ཡང་རྒྱ་མིན་དུ་ཆེ་བཞིག་བདག་ཉིད་ཀྱི་ལྷག་བསམ་རྣམ་པར་དག་པའི་སྟོབས་དང་།  
 དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་སྟོན་ལམ་གྱི་སྟོབས་དང་། ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་  
 པར་དག་པའི་སྟོབས་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུབ་པར་བསམ། དེ་ཡང་སྤྲོད་བཙུང་འདི་ཀུན་  
 རང་ངོས་ནས་མ་གྲུབ་པས། དེས་རིན་པོ་ཆེའི་ས་གཞི་སོགས་སུ་འགྱུར་རེས་ད་ལྟའི་



ཞིང་སེམས་ཅན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་ཀྱིས་གྲུབ་པ་རྟོག་པ་དང་གསེག་མ་སྐྱེས་སྣང་།  
 རེས་བྱམས་པ་བྱོན་ཆེ་ལྟ་བུ་ལ་ཞིང་ནམ་དག་དུ་འགྲུབ་ཅིང་རྒྱ་ཁྱོན་ཡངས་ཆེ་དུ་འགོ་  
 བས་སེམས་གྱི་བདག་ཉིད་དམ། ཡང་ན་ཞིང་ཁམས་གཞན་དང་གཞན་གྱི་ཉིང་ལེན་  
 བྱས་པ་ལས་ཞིང་བཟང་ངན་སྣ་ཚོགས་སུ་འགྱུར་ཤིག་བྱེད་པས་ན། བདེན་མཐུས་  
 སྐད་ཅིག་དང་པོ་མ་དག་པའི་ཞིང་ཡིན་པ་ལ། སྐད་ཅིག་གཉིས་པར་དག་ཞིང་དུ་  
 གྱུར་སོང་སྟམ་པ་བྱེད་གསུངས། དེ་ནས་ཐམས་ཅད་དུ་ནི་ཞེས་སྐྱེས་ཀྱིས་གནས་  
 དང་བྱམས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཏེ། དམིགས་པ་ནི། རིན་པོ་ཆེའི་ས་གནི་ལག་  
 མཐེལ་ལྟར་ཁོད་སྟམས་པའི་སྤྲོད་ན་ཕྱོགས་བཞིར་བྱས་ཀྱི་ཁང་པ་ཤར་རུབ་གྱི་མཐའ་  
 མི་མངོན་པ། རིན་པོ་ཆེ་སྣ་བདུན་ལས་གྲུབ་པའི་ཚྭ་ཤིང་དབྱིབས་ལགས་ཤིང་  
 བཀོད་པ་མཛེས་པ། གསེར་གྱི་བྱེ་མས་བརྒྱན་པའི་རྫིང་བྱ་དང་ཚྭ་ཤིང་ལ་གནས་  
 པའི་སྤྱུལ་པའི་བྱ་སྣ་ཚོགས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་སྟོན་བཞི་སྐྱེས་སྣང་སྐད་སྟུན་པར་སྒྲིགས་པ།  
 བར་བར་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་པ་གྲུ་བཞི་པ་སྐྱེས་ལ་གནས་པའི་སངས་རྒྱས་བྱང་  
 སེམས་མཐའ་ཡས་པས་འགོ་དོན་མཛད་པ། གཞན་ཡང་གྲུབ་ཐོབ་མཉམ་གཞག་  
 མཛད་པ་སྐྱེས་ཀྱིས་སྣང་བཅུད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལུན་ལུན་ཆོགས་པ། བདེ་བ་ཅན་གྱི་  
 ཞིང་བཀོད་སྐྱེས་ལས་རི་ལྟར་འབྱུང་བ་བཞིན། རང་གིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤྱོད་  
 བ་ཡང་འདི་ག་ཡིན་པས་ཞིང་གི་བཀོད་པ་སེམས་ལ་ཤར་བསྟོམས་བྱས་པའི་རི་ལྟར་  
 འོས་འཆམས་ཀྱི་དབྱས་སུ་རིན་པོ་ཆེའི་ཁང་བཟང་ཀྱན་ནས་གྲུ་བཞི་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་  
 ཆེ་བ་ཏྲ་བབས་མེད་པ་ཞིག་གསལ་འདེབས། དེའི་དབྱས་སུ་སྣ་ཚོགས་རྟོག་ཆེ་བལྟས་  
 ན་གསལ་ཞིང་རེག་ན་འབྱར་ཀོང་སྐྱེས་མེད་པ་དེའི་སྤྲོད་དུ་སེམས་ཆེན་པོ་དབྱུགས་  
 རྟེན་རྟེན་པ། མིག་རྟིག་རྟིག་པ་བརྒྱད་ཀྱིས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་བྱི་ཆེན་བྱང་  
 ཆུབ་མཆོད་ཉིན་གྱི་བུམ་པ་མན་ཆད་ལྟ་བུ་ཀྱན་ནས་གྲུ་བཞི་པ་བང་རིམ་བཞི་ཡོད་པ་  
 ཞིག་གསལ་བཏབ། བྱི་དེའི་གཡས་གཡོན་ལ་སྟོས་པའི་དབྱས། ཆུབ་མདུན་ལ་



སྒྲིལ་པའི་རུང་ཟད་རྒྱལ་ལ་སྒྲིགས་པར་བྱའདྲུང་དུ་ཆེ་འཆང་ལ་སེང་གི། དེའི་  
 མདུན་དུ་སེང་གི་སྐུ་འཛོམས་ལ། དབུས་སྐུ་ཐོ་བོ་ཆེ། དེའི་གཡས་སྐུ་འཛོམས་རྒྱལ་  
 བའི་འབྲུང་གནས། གཡོན་དུ་རྒྱ་ལེགས་པའི་ཤེས་རབ་དང་། ཕྱོག་བཞི་ཆེན་  
 གསལ་གང་རིགས། དེའི་མདུན་དུ་བང་རིམ་གཉིས་པར་སེང་གི་སྐུ་འཛོམས།  
 དེའི་དབུས་མར་ཆེ་རིན་པོ་ཆེ། དེའི་གཡས་སྐུ་མཁས་གྲུབ་ཤེས་རབ་སེམས། གཡོན་  
 དུ་པཎ་ཆེན་དགེ་འདུན་གྲུབ་པ། དེ་དག་གི་མདུན་དུ་བང་རིམ་གསུམ་པར་སེང་གི་  
 སྐུ་འཛོམས་ལ་དབུས་སྐུ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་ལྟ་བུ་ཆེན་པོ། དེའི་གཡས་སྐུ་བྱིན་  
 པ་རྒྱ་མཚོ་འཕྲུལ་དང་དབང་དཔལ་བཟང་། གཡོན་དུ་བཤེས་གཉན་དམ་པ་བྱམས་པ་  
 ཆོས་ལྷན། དེའི་མདུན་དུ་བང་རིམ་བཞི་པར་སེམས་བཏེགས་པའི་རིན་པོ་ཆེའི་གི་  
 རྒྱུང་། དེའི་སྤྱང་དུ་ཙུ་བའི་སྤྱུ་མ་བཞུགས་སྐུ་གསོལ། སྐུ་དབང་གི་གཡས་གཡོན་  
 རས་བྱམས་པ་དང་འཇམ་དབྱངས་སོགས་རྒྱ་ཆེན་སྒྱུད་བརྒྱད་དང་ཟབ་མོ་ཉུ་བརྒྱད་  
 གྱི་སྤྱུ་མའང་གི་རྒྱུང་གངས་མཉམ་ཡོད་པ་རྣམས། སྐུ་དབང་གི་མདུན་ནས་བང་  
 རིམ་བཞི་པའི་བར་དུ་བཞུགས། ཆོགས་ཁིང་གཞན་སྤྱུ་བརྒྱད་འདིར་མ་གཏོགས་  
 པའི་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་ཅམ་པ་རྣམས་ལ་རྒྱུང་གདན་རེ་བྱེད་གསུངས། རྒྱུ་དུ་ཉམས་  
 ལེན་བྱིན་རྒྱབས་བརྒྱད་པའམ་དམ་པ་གོང་མའི་ཉམས་གྱི་རྒྱན་ནམ་བྱིན་རྒྱབས་གྱི་  
 ངད་མ་ཡལ་བ་ལ་བྱེད་པས་དེ་རྣམས་བཞུགས། དེ་ཉིད་གྱི་རྒྱུ་དུ་ཡི་དམ་དང་  
 གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཉན་རང་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ། ཆོས་རྒྱུང་སྤྱང་མ་  
 རྒྱུགས་བཞིར་རྒྱལ་ཆེན་བཞི་རང་རང་གི་འཁོར་དང་བཅས་སྤྱིན་གྱི་ཕུང་པོ་འབྲིགས་  
 པ་བཞིན་བཞུགས་པར་བསམས་གསུངས། སེམས་བརྒྱད་ཀྱིས་དབང་ཕྱག་བརྒྱད་  
 མཚོན་པས། རྒྱ་གསུང་ཕྱགས་གསུམ་གྱི་དབང་ཕྱག་ནི་རྣམ་རྟོག་མེད་བཞིན་དུ་  
 དང་། རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་དབང་ཕྱག་ནི་ཕྱགས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་དང་། ཀུན་དུ་འགྲོ་  
 བའི་དབང་ཕྱག་ནི་ཡུལ་དུས་གནས་སྐབས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱའདྲུང་། གནས་གྱི་དབང་



ཕྱག་གམ་ཅི་འདྲོད་པའི་དབང་ཕྱག་ནི་འདྲོད་པ་ཅམ་གྱིས་དང་། ཅི་འདྲོད་བསྐྱེད་པའི་དབང་ཕྱག་ནི་བཏན་གཡོ་སྤྲོ་ཆོག་པའི་གཟུགས་སུ་བསྐྱེད་པ། ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་ཕྱག་ནི་སྟོབས་བརྟུ་སྟོབས་དང་ལྡན་པའོ། དེ་ནས་སྟུན་འདྲེན་བཏང་སྟེ་མགོན་ཐབས་སུ་སྟུན་འདྲེན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་མ་ག་རྒྱ་བཟང་མོའི་རྟོགས་བརྗོད་ནི། བྱིས་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱི་བྱ་མོ་མ་ག་རྒྱ་བཟང་མོ་དེ་བྱ་རམ་ཤིང་འཕེལ་དུ་ཆོང་དཔོན་གྱི་བྱ་བྱ་མཆོག་སྦྱིན་གྱི་རྒྱུད་མར་སྦྱིན། ཆོང་དཔོན་དེ་ཕྱ་སྟེགས་གཅེར་བྱ་པ་ལ་མཆོད་གནས་སུ་བྱེད་པས་བྱ་མོ་ན་རེ། དེ་ནི་མཆོད་གནས་བྱ་བའི་གནས་མིན་གྱི་རྩ་ཆ་བའི་གནས་ཡིན་ཟེར། འོ་ན་མཆོད་གནས་ཇི་འདྲ་ཡོད་བྱས་པས་ངའི་མཆོད་གནས་དེ་ཁྱོད་འདྲ་བ་ལ་བཤད་ནས་ཅི་བྱེད་ཟེར། ཅིས་ཀྱང་བཤད་རྟོགས་གྱིས་བྱས་པས། འོ་ན་བདག་ཅག་གི་མཆོད་གནས་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་སྤྱི་མཆོད་མའི་ཐལ་བ་བཞིན་དོར་ནས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་སངས་རྒྱུས་པ་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཞེས་བྱ་བ་དང་། གཞན་ཡང་དེའི་འཁོར་ཏན་ཐོས་རྩུ་འཕྱུལ་མངོན་ཤེས་དང་ལྡན་པ་བྱུང་པར་ཅན་གཞན་སེམས་འདུལ་བ་ལ་མཆོག་དུ་བསྟེན་པ་མང་པོ་ཡོད་བྱས་པས། བྱིས་བདག་དེས་འོ་ན་དེ་གདན་འདྲོངས་སམ་ཟེར་བ་ལ། དད་པ་བྱས་ན་གདན་འདྲོངས་ཞེས་སྒྲུས་ནས་མཆོད་པའི་དངོས་པོ་མང་པོས་མཆོད། ཐོག་ཁར་སོང་ནས་ཕྱག་བཅའ་ཏེ་སྟུན་འདྲེན་གྱི་ཆོག་པ་བཅད་བཏོན་ནས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སངས་རྒྱུས་གྱི་དབྱེད་མེ་ཏོག་གི་གདུགས་དང་། དྲི་ཞིམ་པོའི་དུད་སྦྱིན་བཀྲ་ཤིས་ཏགས་རྩེས་གྱི་རྒྱལ་པ། ཕྱོགས་བཞིར་ཤེལ་གྱི་ཀ་བ་སྟོགས་སྟོབྱར་དུ་བྱུང་བ་ན། ཏན་ཐོས་རྩེས་ཀྱིས་འདི་གང་ཡིན་ཞུས་པས། སང་བྱ་མོ་མ་ག་རྒྱ་བཟང་མོས་ངེད་ཅག་བྱ་རམ་ཤིང་འཕེལ་དུ་སྟུན་འདྲེན་པར་འདུག་པས། གཞི་བརྟུངས་ལ་ཏན་ཐོས་རྩུ་འཕྱུལ་དང་ལྡན་པ་རྩེས་ལ་རྒྱུལ་ཤིང་བྱིམས་ཤིག་གསུངས་ནས་དེ་ལྟར་མཛད། སང་ཉིན་ཀྱང་བྱ་མོ་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན་དུས་ལས་མ་ཡོལ་



བར་རྩུ་འཕྲུལ་གྱིས་གཤེགས་པ་དེ་བཞིན་དུ། ད་ལམ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་  
 ཐུབ་པ་སོགས་རང་རང་ཞིང་ཁམས་གང་ན་བཞུགས་པ་ནས་སྤྱོད་འདྲིན་པ་ཡིན་པས་  
 དེ་དག་ངེས་པར་དངོས་སུ་བྱོན་ནས་རང་རང་གི་བཞུགས་གནས་ལ་འཁོད། སངས་  
 རྒྱུ་བྱང་སེམས་སོགས་གཞན་རྣམས་ཀྱང་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ཁྱ་ལམ་མེར་འཁོད།  
 མདུན་ནས་བཙམས་ཏེ་སྟོགས་བཞིར་རྒྱལ་ཆེན་བཞིངས་ནས་འཁོད་སོང་སྐྱམ་པ་  
 དང་། ཕྱི་རོལ་དུ་སྐྱེད་ཆལ་ཡིད་དུ་འོང་བར་དཔའ་བོ་མཁའ་འགྲོ་དང་གྲུབ་ཆེན་  
 བརྒྱད་ཅུ་སོགས་བཞུགས་པར་མོས་ན་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཁྱད་  
 ཡོད། མཆོད་པ་ཡང་གང་རྒྱས་བཤམ་དགོས་ཏེ། དེ་མིན་པོ་ཏྲ་བས། དུད་པོར་རྩི་  
 མ་ཅན་ཞིག་དུ་སྤང་སྤྱོད་རེ་བཏབ་ནས་ཅན་དན་ག་བྱུར་སྤྱོད་ཀྱི་ཆུ་ཞེས་དམུས་ལོང་  
 གིས་མིག་ལྗན་ལ་མགོ་སྐྱོར་བྱེད་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ནས་སྟོགས་བཞིར་བྱས་  
 ཁང་རེའམ། ཡང་ན་སྟོ་སྟོགས་ཆ་བའི་གནས་ཡིན་པས་དེར་བྱས་ཁང་གཅིག་བྱས་  
 པས་ཀྱང་རུང་སྟེ། གང་ལྟར་དེའི་ནང་དུ་བྱས་ཀྱི་རྒྱུ་བྱ། དེ་ཡང་སྟོགས་གསུམ་  
 ནས་ནང་དུ་ཆུ་འབབ་པའམ། ཡང་ན་གཅིག་ནས་འབབ་པ་བྱས་ཀྱང་རུང་། རྒྱུ་  
 བྱེད་རེ་ཐེམ་སྐྱས་བཞི་ཡོད་པ། རྒྱུ་བྱའི་ནང་ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་ལ་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་  
 གདལ་བ། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྗན་གྱི་ཆུས་གང་བ། རྒྱུ་བྱའི་ཁ་འགམ་དུ་མེ་ཏྲ་ག་  
 པར་དཀར་པོ། ཀྱུ་ལྷ་ཏ། ལྷུ་ལ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱོར་ཞིང་། གཞན་ཡང་མེ་ཏྲ་ག་རྩ་  
 ཆོགས་པས་གང་བ། དེ་དག་མཆོན་དོན་ནི། རྒྱུ་བྱས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟླ་ན་པ།  
 དེར་འགྲོ་བའི་ཐེམ་སྐྱས་བཞིས་བཟླ་ན་པའི་འཇུག་སྐྱོ་གྲུབ་མཐའ་བཞི། རྒྱལ་ལྗན་  
 བརྒྱད་ལྗན་གྱིས་འཕགས་ལམ་ཡན་ལག་བརྒྱད། ཤེལ་གྱི་ས་གཞི་གསེར་གྱི་བྱེ་མ་  
 ཅན་གྱིས་ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་རྣམ་པར་དག་ཅིང་སྐྱོ་བྱུར་གྱི་རྩི་མས་དབེན་པ།  
 མཐའ་སྐྱོར་གྱི་མེ་ཏྲ་ག་ལྷུ་ལ་ཉིན་མཆོན་ཀྱན་དུ་ཁ་བྱེ་བ་ལྟར། ཉན་ཐོས་དེ་སངས་  
 རྒྱུ་བྱོན་པ་དང་མི་བྱོན་པའི་ཞིང་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་འབྱུང་བ་དང་། མེ་ཏྲ་ག་ཀྱ



མུད་དུ་སྒྲོ་འོད་དང་ཕྱད་སྐབས་ཁ་བྱེ་ཁིང་། ཉི་མ་ཤར་ནས་བུམ་འགོ་བ་ལྟར་རང་  
 རྒྱལ་དེ་སངས་རྒྱས་ཉི་མ་ལྟ་བུ་ཕྱོད་སྐབས་མི་འབྱུང་ལ། སངས་རྒྱས་མི་འབྱོན་པའི་  
 ཆེ་འབྱུང་བ་དང་། པར་དཀར་པོ་དེ་ཉི་མའི་འོད་ཀྱིས་བྱེ་བ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱགས་རྒྱུ་འོད་ཟེར་གྱིས་སྒྲིན་པར་མཛད་པ་མཆོན་པ་ཡིན།  
 དོན་དུ་དེ་གསུམ་གྱིས་གདུལ་བྱ་རིགས་ཅན་གསུམ་མཆོན། མཆོན་དོན་འདི་དག་  
 ཀྱང་གསེར་འབྲེང་དུ་ས་རྒྱག་པའི་མི་ལམ་གྱི་ཉགས་བཤད་སྐབས་གསུངས་པས་རྒྱུ་  
 ཡབ་སྐུས་ཀྱི་གཞུང་གི་ཁྱད་སྤངས་དང་བཅས་པ་ཡིན་གསུངས། དེར་བྱས་གསལ་སྐབས་  
 རང་གི་སྤྱིང་ཁ་ནས་ཆོགས་ཁིང་གི་ལྟ་རེ་ལ་ཞབས་འབྲིང་དག་སྤྱིང་གསུམ་རེ་ལ་རེ་  
 རེ་གང་རིགས་སྤྱིས་ནས་དེ་དག་གིས་ན་བཟའ་རྒྱུ་པ་བྱེན་རྟེན་གྱི་ཚུལ་དུ་ཚུར་བྱས་  
 བས་སྟོགས་ཀྱི་ཁར་འཛོག་པ་དང་། འདག་རྒྱས་འབྲུལ་བ་སོགས་བྱས་ནས་སྐྱུ་བྱས་  
 གསལ། དེ་དག་སྐྱུ་ལ་མཚུངས་པ་མེད་པའི་གོས། །གཙང་ལ་དྲི་རབ་བསྐྱོས་པས་  
 སྐྱུ་བྱེད། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་སྐྱུ་བྱེས། སྤྱིང་གསུམ་ཀུན་ཏུ་དྲི་རབ་ལྡང་བ་ཡི། །དྲི་  
 མཆོག་རྣམས་ཀྱིས་བྱུང་དབང་རྣམས་ཀྱི་སྐྱུ། །གསེར་སྐྱུངས་བཅོ་མ་བྱེད་དོར་བྱས་པ་  
 ལྟར། །འོད་ཆགས་འབར་བ་དེ་དག་བྱགས་པར་བགྱི། །ཞེས་པས་སྐུ་གཙང་  
 མས་སྐྱུ་བྱགས་འབྲུལ། དེ་འབྲུལ་ཐམས་ཅད་ལ་ན་བཟའ་གསར་པ་དང་། རྒྱན་  
 འོས་པ་ལ་རྒྱན་འབྲུལ་སོགས་བྱེད་དགོས། ཡང་ཆོགས་ཁིང་རྣམས་ཞལ་རང་ལ་མི་  
 གཟེགས་པར་གཙོ་བོ་ལ་ཡར་གཟེགས་པ་ཡིན་ཀྱང་སྤྱོས་མ་འཆུན་ན་རང་ལ་གཟེགས་  
 པས་ཀྱང་ཆོག ཡང་རང་ལ་རྒྱབ་བསྟན་པར་མོས་པ་རྟེན་འབྲེལ་ཀྱང་མི་འབྲུགས་ཏེ།  
 རྒྱུ་རིན་པོ་ཆའི་སྐྱུ་གདུང་གི་སྐྱུ་རྒྱབ་གཙང་སྟོགས་སྐྱུ་བསྟན་ཀྱང་གཙང་ནས་རྒྱུ་རིན་  
 པོ་ཆའི་ཁྱིམ་འཇམ་དབྱངས་གཙང་པ་བདུན་བརྒྱད་སྟེལ་ཆར་དུ་བྱོན་པ་ཡིན་  
 གསུངས། དེ་ནས་མཆོལ་འབྲུལ་དགོས་ལ། འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷུང་འདིར་གོང་དུ་  
 སྤུར་ཆུགས་གསལ་འདེབས་འདྲ་བ་ཞིག་ལས་དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསལ་འདེབས་



དངོས་སུ་མ་གསུངས་པས་ཆད་པའི་སྒྲིན་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་འདིར་དེ་མཛད་པ་  
 ཕྱག་སྒྲུལ་ཡིན། བདེ་ལམ་ནས་བཤད་པའི་ཆོག་མཆོག་ཞིང་ནི་ས་གཞི་དང་མ་འབྲེལ་  
 བར། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སྒྲིག་ས་རེ་ནས་སེལ་གཉིས་གཉིས་ཏེ་སེལ་བརྒྱད་ཀྱིས་  
 བཏེག་པའི་སེང་བྲི་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཉིང་དུ་དེ་འདྲ་བའི་སེང་བྲི་རྒྱུད་དུ་གསུམ་གསལ་  
 བཏབ། དེའི་དབུས་མའི་ཉིང་དུ་སྒྲིག་ཆོག་པ་ད་ལྟ་ཉི་མའི་གདན་ལ་སྒྲོ་བཟང་ཐུབ་  
 དབང་རྩི་རྩེ་འཆང་གི་རོ་བོ་སྒྲིན་པ་བཅོམ་ལུན་འདས་མདོན་རྟོགས་ལྟར་དང་།  
 ཐུབ་དབང་རྩི་རྩེ་འཆང་གི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་ཉིང་དང་གཡས་གཡོན་མདུན་  
 སྒྲིག་ས་རྣམས་སུ། ཉམས་ལེན་བྱིན་རྒྱབས་བརྒྱད་དང་། རྒྱ་ཆེན་སྒྲིབ་བརྒྱད་དང་།  
 ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱད་དང་། ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲ་མའི་གྲངས་མཉམ་འཕྲོས་  
 པའི་སྒྲེ་མོར་རྩི་རྩེ་འཆང་དང་ཚ་བའི་སྒྲ་མ་གཉིས་ལ་སེང་བྲི་པད་ལྷ། གཞན་རྣམས་  
 པད་ལྷའི་ཉིང་དུ་བཞུགས་པ། དེ་དག་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་ཡི་དམ་སངས་རྒྱས་བྱང་  
 སེམས་དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་བསྟན་སྲུང་ཡེ་ཤེས་པའི་ཆོག་པ་དང་། དེ་དག་རང་རང་  
 གི་མདུན་ན་གདན་བྲི་ཕྱན་ཆོག་ལ་རང་རྩི་མ་གྱི་ལུང་གི་ཆོས་རྣམས་དང་། དེ་དག་  
 གི་ཕྱི་རོལ་དུ་གང་ལ་གང་འདུལ་གྱི་སྒྲུལ་པའི་བཀོད་པ་སྒྲིག་ས་བཅུར་འཕྲོས་པའི་གཙོ་  
 འཁོར་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལྟར་ཡི་གེ་བཀོད་ལ། མ་ལུས་སེམས་ཅན་མ་བཟོད་  
 པས་སྒྲ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་འཕྲོས་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་སྒྱུན་  
 དངས་དམ་ཆོག་པ་སོ་སོར་བཞུམ་མོ། ཡང་ཟུར་ལམ་གྱི་སྒྲ་བས་སྒྲ་མཆོད་ཀྱི་ཆོག་པ་  
 ཞིང་ནང་ལྟར། མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོང་པོ་ལོ་འདབ་འབྲས་བུས་  
 མཛེས་པ་ཡངས་ཤིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་དབུས་སུ་སེང་བྲིའི་ཉིང་དུ་སྒྲིག་ཆོག་པ་ལྟ་འདབ་མ་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་པ་བཅོམ་ས་བཅུ་གཅིག་པ། འདབ་མ་འོག་མས་སེང་བྲི་རྒྱུད་  
 ཟད་ཁེབས་པ། ཉིང་མ་རྣམས་རྒྱ་རྩེ་རྒྱུད་དང་དཔའ་རྩེ་མཐོར་སང་བའི་དབུས་ཀྱི་  
 འདབ་མ་བཞིའི་ཉེ་བར་སྒྲིག་ཆོག་པ་ད་ལྟ་ཉི་མའི་དཀྱིལ་འཁོར་གི་ཉིང་དུ་རྩི་རྩེ་པོ་



ཆེ། དེའི་ཐུགས་ཀར་ཡེ་ཤེས་སེམས་དཔའ་ཐུབ་པའི་དབང་པོ། དེའི་ཐུགས་ཀར་  
 ཉིང་ངེ་འཛིན་སེམས་དཔའི་ཚུལ་དུ་རྟོ་རྟེ་འཆང་། མདུན་གྱི་འདབ་མར་གསང་བ་  
 འདུས་པའི་ལྟ་ཆོགས། དེ་བཞིན་དུ་གཡས་སུ་འཇིགས་བྱེད། རྒྱལ་དུ་ཤྱེ་རྟོ་རྟེ་  
 གཡོན་དུ་འཁོར་ལོ་སྒྲུ་པའི་ལྟ་ཆོགས། དེ་ནས་འདབ་མ་འོག་མ་རྣམས་ལ་རིམ་  
 བཞིན་རྒྱུད་སྒྲེ་བཞིའི་ལྟ་ཆོགས། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས། རང་རྒྱལ། ཉན་ཐོས།  
 དཔའ་བོ་དཔའ་མོ་ཆོས་རྒྱུད་སྒྱུར་མ་འདབ་མ་འོག་མ་བརྒྱ་གཅིག་པར་ཐྱོགས་བཞིར་  
 རྒྱལ་བོ་ཆེན་པོ་བཞི་འཁོར་དང་བཅས་པ་རྣམས་བཞུགས་པ་བསྐྱེམ། དེ་ནས་གོང་  
 ལྷན་སྒྲུ་མ་ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་ཐུགས་ཀར་ནས་འོད་ཟེར་ཙ་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲུ་མའི་གྲངས་  
 མཉམ་འཕྲོས་པ་སོགས་དང་བྱུང་པར་རྟོ་རྟེ་འཆང་སོགས་ལ་པད་ཟླ་ཉི་དྲུག་ལ་སོགས་  
 གཞན་ནི་སྤར་ལྷན་བསམ་མོ། དེ་ཡང་ངོ་བོ་དང་རྣམ་པ་གཉིས་གི་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ཆོས་རྒྱུད་ཚྭ་མེད་རྣམས་མ་གཏོགས་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོས་རྒྱུད་རྣམས་  
 ཆོགས་ཞིང་གི་གྲས་སུ་གཏན་ནས་གསལ་འདེབས་མི་རུང་ཞིང་། ངོ་བོ་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་འདས་ཀྱང་རྣམ་པ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཚུལ་སྟོན་པ་རྣམས་ཀྱང་གསལ་མི་འདེབས་  
 ཉེའོ་རང་རྣམས་དགོས་པའི་དབང་གིས་འཇིག་རྟེན་པའི་རྣམ་པར་བསྟན་པ་ཡིན་  
 པས་སོ་སོའི་རང་བབས་དེ་གར་བཞག་ན་ལེགས་པ་ཡིན་གསུངས། གཙོ་བོ་དེའི་  
 ཐུགས་ཀར་ནས་འོད་ཟེར་རྒྱལ་དུ་འཕྲོས་པའི་སྒྲེ་མོར་རྒྱལ་བ་རྟོ་རྟེ་འཆང་ལ་ཉམས་  
 ལེན་གྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་སྒྲུ་མས་བསྐྱེར། གཡས་སུ་འཕྲོས་པའི་སྒྲེ་མོར་བྱམས་པ་ལ་རྒྱ་  
 ཆེན་རྒྱུད་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེར་བ། གཡོན་དུ་འཕྲོས་པའི་སྒྲེ་མོར་འཇམ་དབྱངས་ལ་  
 ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེར་བ། མདུན་དུ་འཕྲོས་པའི་སྒྲེ་མོར་ཙ་བའི་སྒྲུ་མ་ལ་ཆོས་  
 འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱིས་བསྐྱེར་བ་གསལ་འདེབས། དེ་དག་ནི་སྒྲུ་མེད་དང་མ་  
 འབྲེལ་བ་ཡིན། དེ་ལྷན་རྒྱབས་ཡུལ་དང་ཆོགས་ཞིང་གཅིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཉི་  
 རྒྱབས་འགྲོ་བྱེད་ཚུལ་ནི། ཐྱོགས་བརྒྱ་དུས་གསུམ་གྱི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཐམས་



ཅད་ཀྱི་སྐྱ་གསུང་བྱགས་ཡོན་ཏན་འཕྱིན་ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ངོ་བོར་གྱུར་བ་ཆོས་ཀྱི་  
 བྱང་པོ་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ཙུ་བཞིའི་འབྱུང་གནས་འཕགས་པའི་དགེ་འདུན་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་མངའ་བདག་དྲིན་ཅན་ཙུ་བ་དང་བརྒྱད་པར་བཅས་པའི་དཔལ་ལྷན་སླ་མ་  
 དམ་པ་ནམས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། ཞེས་དང་། སླ་མ་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། ཞེས་  
 གང་མང་བཟོད་པས་སླ་མ་ནམས་ཀྱི་སྐྱ་ལས་བདུད་ཅི་འོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་  
 བྱང་རང་གི་མཐའ་བསྐྱར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་མོས་ནས་རང་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་སེམས་ལ་བཞུགས། སླ་མ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ་ཐམས་ཅད་  
 སྐྱངས་པའི་མོས་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་མཆོའོ། ཞེས་  
 ལན་གང་མང་བཟོད་པས་སངས་རྒྱས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 མཆོའོ། ཞེས་པའི་སྐྱབས་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་  
 མཆོའོ། ཞེས་པའི་སྐྱབས་དགེ་འདུན་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྲིག་སྦྱིབ་སྐྱངས་པའི་མོས་པ་བྱེད་  
 ཚུལ་སྟགས་རྟགས་འགྲེལ་ཡིན། ཡང་དེ་དག་གི་སྐྱབས་འོད་ཟེར་མང་པོ་འཕྱོས་པ་  
 གཅིག་དུ་འདུས་ནས་སྤྱོ་བོར་ཐིམ་པའི་ཉམས་དང་། སྤྲིག་སྦྱིབ་དག་ནས་རང་གི་  
 ལུས་སེམས་ཀྱང་ལྷུ་དང་མི་འདྲ་ཞིག་དུ་གྱུར་སོང་སྟམ་པ་ལྟ་བུ་དགོས་གསུངས།  
 འདིའི་སྐྱབས་དཔེ་ཆ་ལ་མ་གུས་པ་གྱིས་ན་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྒྱ་སྤྱག་ཤོས་ཡིན་  
 པས་འཇམ་དབྱངས་སྐྱབ་པ་ལས་གནད་འདིར་ཟབ་པ་གལ་ཆེ་གསུངས། དེ་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མའི་སྟོན་སྐྱབས་སེམས་བྱ་ལ། སངས་རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་  
 འདི་རྒྱ་འཕུལ་དུ་བའི་ཆོག་ཡིན་ཁིང་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ཚུལ་ཡིན་པས་  
 གོང་གི་སྐྱབས་འགྲོ་དང་འདི་གཉིས་ལ་བྱད་པར་གསུམ་ཡོད། དེས་བྱད་པར་དང་  
 པོ་སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་བྱད་པར་ནི། དང་པོ་ལ་འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་  
 གཙོ་བོར་འགྲོ་ཡང་། འདིར་ནི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཁོ་ན་དང་། དུས་གྱི་བྱད་པར།  
 དང་པོ་ཐར་པ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དང་། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་མ་ཐོབ་བར་དུ་ཡིན།



བསམ་པའི་བྱང་པར་རང་གཞན་སྤྲོད་ཞིའི་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་ཕྱད་པ་ལ་སྤྲོད་ནས་  
 འཇིགས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་ལ་དེ་ལས་སྦྱབས་པའི་རྒྱུ་པ་ཡོད་པར་ཡིད་ཆེས་  
 པ་དང་། འགྲོ་བ་རྣམས་ལ་ལྷག་པར་ཡང་སྤྲོད་བཅེ་བ་རྣམས་འདིའི་སྦྱབས་འགྲོའི་  
 རྒྱུ་ལ་ཆང་དགོས། དེ་ལྟར་སྦྱབས་སེམས་ལན་གང་མང་བྱས་ནས་བདུད་རྩི་འབེབས་  
 སྦྱངས་ལ་སོགས་པར་བྱས་པའི་མཐར་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་འོད་དུ་ཁྱེན་ནས་རང་གཞན་  
 ལ་ཐིམ་པས་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་བྱབ་པའི་དབང་པོའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས་པའི་  
 མོས་པ་བྱས་ནས་སྤྲོད་ཁར་སྤྱགས་བཀོད་དེ་ལུ་ཞེའི་སྤྱགས་འདྲེན་པ་འདི་བདེ་ལམ་གྱི་  
 ལྷགས་ཡིན། དེའི་ངང་ནས་ག་རེ་བདག་གཞན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་པ་དེ་མོས་  
 པ་ཡིད་བྱེད་ཅམ་མ་གཏོགས་དངོས་སུ་སངས་རྒྱས་མི་འདུག དེ་ལྟར་སངས་མ་རྒྱས་  
 པ་གང་གི་ལན་ན། རང་སྦྱོགས་ལ་ཆགས་གཞན་སྦྱོགས་ལ་སྤང་བའི་ཉེ་རིང་ཆགས་  
 སྤང་གི་སྒྲོ་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྒྲོམས་ལ་མ་གནས་པས་ལན་པར་འདུག་པས།  
 རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་བྲལ་བའི་བཏང་སྒྲོམས་ལ་གནས་ན་  
 ཅི་མ་རུང་སྒྲམ་པ་འདུན་པ་ཆད་མེད། གནས་བར་ལྟར་ཅིག་སྒྲམ་པ་སྒྲོན་པ་ཆད་  
 མེད། གནས་པར་བདག་གིས་བྱའོ་སྒྲམ་པ་ལྷག་བསམ་ཆད་མེད་དེ། ཆད་མེད་རེ་  
 རེ་ཡང་ཆད་མེད་གསུམ་ལྷན་གསུམ་ལྷན་དུ་བྱེད་པ་དང་། དེ་ལྟར་བྱེད་རྒྱུ་པར་བྲ་  
 མ་ལྷས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་དུ་གསོལ་སྒྲམ་དུ་གསོལ་འདེབས་རེ་ཡང་བྱེད་དགོས། དེ་  
 རྣམས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ལྟུང་བ་ལྟུང་བར་ཡང་དག་པར་ཡང་རྫོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་ནས་ཀྱང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དུ་བྱང་  
 ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་སྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་པར་བགྱེད་ཞེས་པས་ལམ་ལ་དམིགས་  
 པའི་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲོམ་དགོས་གསུངས། །།



## ཉིན་བརྒྱད་པ།

མདོ་ལས། ཀ་བས་གཅོས་པ་ནམས་ནི་མཐུ་ཆུང་ཞིང་། ། ཆེ་ཐུང་བས་ན་  
སྒྲིག་ཁྱེར་དུས་ཀྱང་ཉེ། ། འཆི་བའི་འཇིགས་པ་འདི་དག་ནམས་ཀྱིས་ནི། ། བསོད་  
ནམས་དེ་སྦྱར་དག་ནི་བྱ་བའི་རིགས། ། ཞེས་པའི་ལུང་ཁྱད་སྤྱད་སྤྱོད་ནས་སྒྲོན་  
འགྲོའི་གསུང་བཤད་ཀྱི་སྐབས། ཆོགས་ཀྱི་སྐད་དོད་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ཡང་དག་པར་  
འགྲུབ་པར་བྱེད་པ་ལ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། བྱང་ཆེན་ཡང་དག་པར་འགྲུབ་པར་  
བྱེད་པ་ཞིག་ལ་ཆོགས་ཞེས་བྱེད་ཞིང་། དེ་ཡང་ལས་དང་པོ་བའི་དེ་ནི་མདོ་རྟོགས་  
རྒྱན་ནས་བཤད་པའི་ཆོགས་སྐབ་ཀྱིས་ཉམས་ལེན་ཡིན། ཡང་མི་ལ་རྒྱན་གཞོན་བར་  
གསུམ་ཡོད་པའི་གཞོན་པ་ནམས་ཀྱིས་ད་ལྟ་ང་ཅེད་མོ་ཅེ་བ་སོགས་ཀྱིས་དུས་ཡིན་  
བྱེད་ནས་ཆོས་འདི་མི་བྱེད། དར་མ་ནམས་ཀྱིས་ང་ད་ལྟ་དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོང་  
སོགས་བྱེད་དགོས་བྱེད་ནས་ཆོས་འདི་མི་བྱེད། རྒྱན་པ་ཆོས་དེད་ཆོ་མ་སོ་རྒྱས་ནས་  
ཆོས་བྱེད་མི་ཐུབ་པར་འདུག་བྱེད་ནས་མི་བྱེད་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར། གཞོན་ན་  
གཞོན་པས་གཞོན་ཅུ་རབ་བྱང་ཆོས་བྱེད་པའི་དུས་སུ་མདོ་བཟུང་བཅོས་ནས་  
གསུངས་པས་ཆོས་བྱེད་དགོས། དར་ན་དར་བས་ཆོས་བྱེད་རན། རན་པར་མ་  
བྱེད་ཕྱིས་གཤམ་འདུག་གོ་སྟུང་དུ་ཆོས་བྱེད་དགོས། རྒྱས་ན་རྒྱས་པའི་འཆི་ཁར་  
གཞན་མ་བྱུང་ཀྱང་སྐབས་འགྲོ་རྒྱུ་དག་ཞིག་ཡོང་གི་རེ་བ་བྱེད་དགོས། ཡང་མི་  
ཤེས་པ་ཤེས་པར་བྱེད་པའི་ཐོས་པ། ཤེས་པའི་དོན་ལ་འདྲིས་པར་བྱེད་པའི་བསམ་  
པ་གཉིས་བྱས་ན་སྒྲོམ་པ་ནི་དེའི་ཁོངས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་གསུངས། ཡང་ཆད་མེད་  
བཞི་པོ་འདི་ལ་ཆད་མེད་ཅེས་བརྗོད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། སེམས་ཅན་ཆད་མེད་པ་ལ་  
དམིགས་པ་དང་། ཆོགས་ཆད་མེད་པའི་རྒྱར་གྱུར་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཆད་མེད་པའི་



ཀྱིན་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཚད་མེད་པའི་སྒྲིབ་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་  
 ཡིན། ཡང་སྒྲིབ་ཆོས་མདོར་བསྟུས་མཛད་ན། གནས་ཁང་གི་དོར་བྱས། མཚོད་  
 པ་ལུལ། རྟན་ལ་འཁོད་ནས་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་ཐུབ་པའི་དབང་པོ་ལ་ཆོགས་  
 ཞིང་ཐམས་ཅད་གྱིས་ཁྲ་ལམ་མེ་བསྐྱོར་ནས་བཞུགས་པ་མས་ཏེ། རྒྱབས་སེམས་  
 བདུད་ཅི་འབེབས་རྒྱུད་དང་བཅས་པ། ཚད་མེད་བཞི་ལམ་ལ་དམིགས་པའི་སེམས་  
 རྒྱུད་དང་བཅས་པ་བསྐྱོམ། ཆོགས་ཞིང་རྒྱབས་ཡུལ་ལྟར་གསལ་བཏབ་ལ། དེ་ལ་  
 ཡན་ལག་བདུན་པ་མཛུལ་དང་བཅས་པ་འབྲུལ། དེ་ནས་གསོལ་འདེབས་མཛད་པ་  
 ཡིན། ཡང་ལམ་གཞན་གྱི་རྒྱབས་ལམ་སོ་སོ་ལ་ཐྱིང་བ་འདོན་པ་གཙོ་བོ་ཡིན་ཀྱང་།  
 ཆོགས་ཞིང་གི་རྒྱབས་གསལ་རྣམས་འདོན་པ་གཙོ་བོ་ཡིན། ཁ་སང་རྒྱབས་ཡུལ་དང་  
 ཆོགས་ཞིང་གཅིག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་རྒྱས་པར་བྱས་ཡོད་པས་ད་ལམ་ཆོགས་  
 ཞིང་བསྐྱར་དུ་ཁྱེ་མི་དགོས་ལ། འོན་ཀྱང་འདིར་བསྐྱོན་པ་འདེབས་རྒྱ་གསུམ་ཡོད་  
 པས། དང་པོ་ནི། སྤྱི་མགོ་སྤྱི་ཁྲིམས་ལ་ཨོ་ཨུཾ་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་ཧཱི་  
 གནས་གསུམ་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་འཕ། ཡང་ན་དེའི་ཐོག་དུ་ཉེ་བར་སྤྱི་ཁྲིམས་  
 དང་། གསང་གནས་སུ་རྒྱ་ལྗང་ཁྲ་བཀོད་དེ་གནས་ལྗང་གྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པ་གང་  
 རིགས་བྱ། ཁྲ་པར་གཉིས་པ་ནི། སྤྱིར་སྤྱིར་འདྲིན་ཡུལ་གསུམ་ཡོད་དེ། རང་  
 གར་བཞུགས་ཀྱི་གནས། འོག་མིན་གྱི་གནས། རང་བཞིན་གྱི་གནས་རྣམས་ལས་  
 འདིར་རང་བཞིན་གྱི་གནས་དེ་གང་བྱུང་བྱུང་ནས་སྤྱིར་འདྲིན། དེ་ཡང་གཙོ་བོའི་  
 ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་ཆོགས་ཞིང་གི་ཡེ་ཤེས་པ་རྣམས་  
 སྤྱིར་འདྲིན་ཏེ། རྣམ་དག་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཡོས་ཀྱང་། ། ཐུགས་རྫེའི་  
 སྤྱིར་གྱིས་འགྲོ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་གཟིགས། ། རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་མཛད་  
 པ། ། དུས་གསུམ་སྤྱི་མ་འཁོར་བཅས་གཤེགས་སུ་གསོལ། ། ཞེས་པ་དང་། མ་  
 ལུས་སེམས་ཅན་ཀྱན་གྱི་མགོན་གྱུར་ཅིང་། ། བདུད་སྤེལ་དཔུང་བཅས་མི་བཟད་



འཛམ་མཛེད་ལྷ། ། དངོས་ཆམས་མ་ལུས་ཡང་དག་མཁུན་གྱུར་བའི། ། བཙམ་  
 ལྷན་འཁོར་བཅས་གནས་འདིར་གཤེགས་སུ་གསོལ། ། ཞེས་འདོན། དེ་ལྟར་སྒྱུན་  
 བྱངས་པ་དེ་ཆམས་སྒྲོན་ནས་གསལ་བཏབ་ཟིན་པའི་ཆོགས་ཞིང་ཆམས་ལ་ཐིམ་པར་  
 མོས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྷ་རེ་རེ་ལ་ཡང་ཆོགས་ཞིང་ཚང་མ་རེ་ཐིམ་  
 པའི་མོས་པ་བྱ་དགོས། བྱད་པར་གསུམ་པ་ནི། ཆོགས་ཞིང་ཆམས་བྱེད་པ་པོ་སྒྲུ་མ་  
 གཅིག་པ་དེ་གའི་ཆམ་འཕྱལ་ཡིན་པར་མ་ཟད། མཐའ་སྐྱོར་དུ་གང་ལ་གང་འདུལ་  
 གྱི་སྒྱུ་གསུང་བྱགས་གྱི་སྒྱུལ་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་བསྐྱོར་བར་བསམས་ཏེ། དེ་  
 ཡང་བྱིའི་ཆམ་པས་འདུལ་བ་ལ་བྱ། སག་གི་ཆམ་པས་འདུལ་བ་ལ་སག་སྐགས་སོ་  
 སོའི་ཆམ་པར་བསྟན་པ་འདི་འདྲ་བའི་ཐབས་མཁས་དང་བྱགས་རྩེ་བསམ་གྱིས་མི་  
 བྱབ་པ་འདི་འདྲ་བའི་སྒྲུ་མ་འདིས་མཛེད་མཁུན་པ་ཡང་སྒྲུ་མ་དུ་དད་པ་སྒྲུ་ལྷག་དུ་སྒྱེ་  
 བ་དགོས། རང་གི་དད་པས་ལག་མ་ཐོགས་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱགས་རྩེ་དུས་ལས་  
 ཡོལ་བ་མི་སྤྲིད་དེ། སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་བྱུ་མོ་དོ་རྩེ་མ་བྱ་བ་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་  
 གང་ནས་བལྟས་ཀྱང་འདི་མི་མིན་ནམ་སྒྲུ་མ་པ་སྒྱེ་བ་ཞིག་བྱུང་བ་དེ་སྤྲོད་མཁན་ཡང་  
 མ་རྟེན། ཉར་ཡང་མི་འདོད་པ་བྱུང་བ་ན། རང་གི་འབངས་རིགས་རུས་མཐོ་བ་  
 ཞིག་ལ་བྱིན་པས། དེས་རྒྱལ་པོས་བྱིན་པར་སོང་གཤེས་ནང་དུ་སུས་ཀྱང་མི་མཐོང་  
 སར་སྤྲས་ནས་བཞག་སྟེ་སྟོ་ཆས་ལེགས་པར་སྒྱེན། བྱིམ་བདག་ཁོ་རང་གཞན་དུ་  
 འགྲོ་བའི་ཆོ་ཡང་བྱུ་མོ་དེ་སྐམ་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཅུག། བྱག་པ་ཞིག་ནས་སྟོ་སྟེར་ས་  
 བྱས། སྐམ་ལ་སྐོ་ལྷགས་རྒྱབ་ནས་ལྡེ་མིག་ཁོ་རང་གི་ཡམ་ཕྱག་དུ་བཅུག་འགྲོ་བ་ཡིན་  
 པ་ལ། ལན་ཅིག་བཙམ་ལྷན་འདས་འབྱོན་པ་ལ་མི་ཐམས་ཅད་དེ་བལྟ་བར་འགྲོ་  
 དུས་ཤིག་མི་གཉིས་ཀྱིས་བྱུ་མོ་དོ་རྩེ་མ་བལྟ་བར་བྱས་ནས་ཆང་བྱིར་ཏེ་བྱུ་མོ་དོ་རྩེ་  
 མའི་བྱིམ་ཐབ་དེ་ལ་བྱིན་ནས། དེ་ར་རོ་བ་ན་ཨོ་ཕྱག་ནས་ལྡེ་མིག་བཏོན་ཏེ་བྱིར་བྱིན་  
 པ་ན། བྱུ་མོ་དོ་རྩེ་མ་ཡང་དེའི་ཉིན་ལས་བཟང་པོ་སྤྲོན་ནས་སྐམ་གྱི་ནང་དུ། ང་ལྟ་



བྱུང་བ་སོད་ནམས་དམན་པ་སངས་རྒྱས་དེ་ཡང་མཇལ་རྒྱ་མེད་པ་ལ་ཡང་སྒྲུལ་དུས་  
 སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་ཅིང་བསྐྱད་པས། སྒྲུལ་གྱི་བྱག་པ་ནས་སངས་རྒྱས་གྱི་  
 དབྱུང་གཙུག་ཏྱིར་སྒྲོལ་བའི་མཐོང་། ད་དུང་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་མ་ཤེས་པའི་  
 དབང་གི་མྱ་ངན་དེ་ཁ་བྱེད་ཅིང་བསྐྱད་པས་ཞལ་རས་ནས་རིམ་གྱིས་མཇལ་ཏེ་སངས་  
 རྒྱས་མཛོན་སྒྲུལ་དུ་མཇལ་མ་ཐག་ནས་སྤར་གྱི་ལྷས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་དེ་སྒྲུལ་ཤུན་  
 བརྒྱུས་པ་བཞིན་དུ་བརྒྱུས་ནས་ཤིན་དུ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་དུ་སོང་བ་མི་དེ་གཉིས་  
 གྱིས་མཐོང་བས་བྱིས་བདག་དེ་ལ་འདི་ཡིད་དུ་འོང་དུགས་ནས་མ་བཟུན་པ་ཡིན་ནམ་  
 བྱས་པས། དེ་མིན་སྤར་ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་རིང་འདི་ལྟར་སོང་འདུག་  
 པའི་རྒྱ་མཚོན་བྱ་མོར་རང་ལ་དྲིས་ཤིག་ཟེར་བ་ལྟར་དྲིས་པ་ན། བྱ་མོས་སྤར་གྱི་བྱང་  
 རྒྱལ་བརྗོད་པས། གང་གི་མོས་པ་གཙོར་བྱེད་པ། ། དེ་ཡི་མདུན་དུ་བྱུབ་པ་  
 བཞུགས། ། ཞེས་པ་ཡང་དེ་ནས་བྱང་བ་ཡིན། ང་ཅག་གི་དད་པ་ནི་དཔེར་ན།  
 རྒྱུ་ཁར་ཅམ་པ་བཏབ་པ་ལྟར་ཁ་ལ་ཡམ་ཡམ་པ་ཡོད་མདོག་ཁ་ཡང་དོན་ལ་མེད་  
 པས་ལན། ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་ཀྱང་། ཞིང་གི་མཚོག་ལ་ཐ་མལ་བའི་ཞིང་གི་  
 མཐོང་ཅམ་ཡང་མེད་པ་འདི་འོ་སྒྲོལ་སྤངས་བཟང་བར་མི་འདུག་པས་ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། དཔེར་ན། ཞིང་ཁ་ཞིག་དུ་སྟོན་ཐོག་འདེབས་རྒྱ་མ་བྱང་བར་ལྷས་ཤིང་།  
 མི་གཞན་གྱིས་ཞིང་ཁར་སྟོན་ཐོག་ཡག་པོ་སྒྲིམ་པ་མཐོང་བའི་སྐབས། ངའི་ཞིང་དེ་  
 རང་གིས་བཏབ་པའི་རྗེས་ཡང་མེད། གཞན་ལ་བཙོང་པའི་རྗེས་ཡང་མེད་པ་ཤིན་  
 དུ་ཕངས་ཞེས་མྱ་ངན་བྱེད་པ་ཅམ། ད་རིས་དལ་འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་  
 བསོད་ནམས་གསོག་རྒྱ་མ་བྱང་ཞེས་ཕངས་ཕངས་བྱེད་མཁན་སུ་ཡོད་གསུངས།  
 ལམ་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་པའི་མཐུན་རྒྱུན་ཆོགས་བསགས་པ་དང་། འགལ་རྒྱུན་སྒྲིབ་པ་སྒྲིང་  
 བ་གཉིས་མེད་ན་ལམ་ཤིན་དུ་སྒྲིང་ཀའ་བས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། རྒྱལ་པོ་ཡི་རྩི་  
 རྩི་རྩི་ཞེས་ཆོ་གཅིག་ཉིད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་བརྟེན་པ་དེའི་ཞལ་ནས།



སེམས་ཅམ་རྣམ་པར་བདེན་པ་དང་རྣམ་པར་རྒྱུན་པའི་ལྟ་བ་སྒྲིམ་ཀྱང་སངས་མི་ཀྱ  
 འོ་ན་ལྷུང་དུ་སངས་རྒྱ་བར་འདོད་པས་གང་ལ་བསྐྱབ་སྒྲུལ་ན། ཆོས་སྦྱོང་ཡན་ལག་  
 བདུན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་ལ་  
 འབད་དགོས། ཡན་ལག་བཅུ་ནི། ཡན་ལག་བདུན་གྱི་ཐོག་དུ། དད་པའི་ཡན་  
 ལག་སྐྱབས་འགྲོའི་ཡན་ལག་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཡན་ལག་གསུམ་རྩི་བ་ཡིན།  
 ཡན་ལག་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དཔེར་ན། ཤིང་རྩ་ཡན་ལག་མ་ཚང་ན་  
 ཤིང་རྩ་དེ་འགྲོ་མི་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་མེད་ན་སངས་རྒྱས་སུ་  
 འགྲོ་བའི་ཐབས་མེད། དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཡན་ལག་གི་སྐྱབས་རྒྱས་པར་བྱེད་ན།  
 འདྲིན་པ་མཉམ་མེད་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས། ། རྒྱལ་ཚབ་དམ་པ་རྩེ་བཅུན་མི་  
 པམ་མགོན། ། རྒྱལ་བས་ལྷུང་བསྟན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཞབས། ། སངས་  
 རྒྱས་བྱང་སེམས་གསུམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་སོགས་ལམ་རིམ་སྤྱོད་ཀྱི་  
 གསལ་འདེབས་ཀྱི་ཆོགས་རྣམས་ཕྱག་འཆལ་དུ་བསྐྱུར་ནས་འདོན། མདོར་བསྟན་ན།  
 ཕུན་ཆོགས་བདེ་ལེགས་བྱེ་བས་བསྐྱུན་པའི་སྤྱོད། ། མཐའ་ཡས་འགྲོ་བའི་རེ་བ་སྒྲོང་  
 བའི་གསུང་། ། མ་ལུས་ཤེས་བྱ་ཇི་བཞིན་གཟིགས་པའི་བྱགས། ། རྒྱུའི་རྒྱལ་པོ་དེ་  
 ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་དང་། སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འདུས་པའི་སྤྱོད། ། རྩི་རྩེ་  
 འཛིན་པའི་རྩི་བོ་ཉིད། ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་རྩ་བ་སྟེ། ། སྤྱོད་མ་རྣམས་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་ལོ། ། ཞེས་དང་། དེ་ནས་བྱམས་པ་ཐོགས་མེད་དབྱིག་གཉེན་རྣམ་གྲོལ་  
 སྟེ། ། སོགས་དང་། འཇམ་དབྱངས་ཡོད་མེད་ཕྱོགས་འཛིགས་སྤྱོད་ཞབས། །  
 སོགས་དང་། བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་བདེ་གཤེགས་རྩི་རྩེ་འཆང་། ། སོགས་དང་།  
 བཤད་སྐྱབ་གདམས་པའི་མཆོག་མངའ་ཨ་ཁྱི་ཤ། ། སོགས་དང་། གངས་ཅན་ཤིང་  
 རྩའི་སྤོལ་འབྱེད་ཅོང་ཁ་པ། ། སོགས་དང་། དེ་འཇུག་ཆོགས་བཅད་གང་རིགས་  
 འདོན་མི་འདོན་སྤྱོད་དང་བསྐྱུན་རྩེས། ཇི་སྟེད་སུ་དག་ཕྱོགས་བཅུའི་འཛིག་རྟེན་



ན། ། ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་འདོན། ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་ལ་འགྲེལ་པ་མང་དུ་ཡོད་ཀྱང་  
 འགྲེལ་པ་བཞི་འདོན་བསྟུན་སྒྲིབ་དཔོན་ཡི་ཤེས་སྒྲེས་མཛད་པ་བལྟ་བར་གསུངས་  
 མོད། རང་ཅག་གིས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་གསུང་ཤོག་བྱ་གཅིག་ལྟ་འདི་ལ་ཡག་པོ་བལྟ་  
 དགོས། དེ་ཡང་ཕྱག་ལ་སྒྲིག་གསུམ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱག་དང་། སྒྲིག་གསུམ་སོ་སོའི་ཕྱག་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི་རི་སྟེང་སུ་དག་ཅེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཆོག་སྒྲིག་བཅད་གཅིག་སྟེ།  
 སྒྲིག་སྒྲུབ་བཅུ་ག་དང་དུས་གསུམ་ཀར་བཞུགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ལ་ལྟས་  
 ངག་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱས་པས་འདུད་པའོ། སྒྲིག་གསུམ་སོ་སོའི་ཕྱག་ལ་ལྟས་ཀྱི་ཕྱག་  
 ནི་བཟང་པོ་སྟོང་པའི་སྟོན་ལམ་སྟོབས་དག་གིས། ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཆོག་སྒྲིག་བཅད་གཅིག་  
 སྟེ། བོད་གི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་མིག་གིས་མཐོང་བ་མིན་པར་ཡིད་ལྟས་དུ་མཛོན་  
 སུམ་དུ་ཡོད་པ་ལྟར་དམིགས་ལ་རང་གི་ལྟས་ཀྱང་རྟུལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་  
 པར་སྟུལ་ཏེ་ཕྱག་ལྟས་རྒྱུལ་ཀྱི་བཟང་པོའི་སྟོང་པ་ལ་དད་པའི་སྟོབས་བསྐྱེད་ནས་  
 ཕྱག་འཆལ་བའོ། ཡིད་ཀྱི་ཕྱག་ནི། རྟུལ་གཅིག་སྟེང་ན་རྟུལ་སྟེང་སངས་རྒྱས་  
 རྒྱུལ་ས། ། ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་ཆོག་སྒྲིག་བཅད་གཅིག་སྟེ། ཆོག་སྒྲིག་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱང་རྟུལ་ཕྱ་  
 རབ་རེ་རེའི་སྟེང་ན་རྟུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པར་བཞུགས་པ་ལ།  
 རང་གི་ལྟས་ཀྱང་དེ་སྟེང་དུ་སྟུལ་ནས་དེ་དག་གི་ཡོན་ཏན་བྲན་པའི་མོས་པ་བསྐྱེད་  
 པའོ། ངག་གི་ཕྱག་ནི། དེ་དག་བསྐྱེད་པའི་མེ་མཆོད་ཀྱི་མཆོད་ཀྱིས། ། ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུབ་  
 ཆོག་སྒྲིག་བཅད་གཅིག་སྟེ། ཕྱག་ལྟས་རྒྱུལ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བྲན་པའི་མེ་མཆོད་པ་  
 མེད་པ་རྒྱུལ་རང་གི་ལྟས་གྲངས་མེད་པ་སྟུལ་ཏེ། ལྟས་རེ་རེ་ལ་མགོ་དཔག་དུ་མེད་  
 པ་དང་། མགོ་རེ་རེ་ལ་ཁ་དཔག་དུ་མེད་པ་ཁ་རེ་རེ་ལ་ལྟ་དཔག་དུ་མེད་པ་སྟུལ་ནས་  
 བསྐྱེད་དབྱངས་བརྒྱུད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་རང་གི་ལྟས་རྟུལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་གྲངས་དང་  
 མཉམ་པ་སྟུལ་པ་ཡང་མེད་པ་ཞིག་སྟོས་སྟུལ་པ་མིན་གྱི། ། ཡོད་ངེས་ཞིག་གསལ་  
 འདེབས་པ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་འཁོར་བ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ལྟས་གྲངས་མེད་པ་རྟུལ་



སྤར་བ་གྱི་གྲངས་ལས་ལྷག་པ་སྤངས་པ་རྣམས་གསལ་འདེབས་ཤིང་། སེམས་ཅན་  
 གཞན་གྱིས་ལུས་ཀྱང་དེ་ཉིད་དུ་སྤྱུལ་ནས་མཐའ་སྐྱོར་དུ་གསལ་འདེབས་དགོས། དེ་  
 ཡང་ཡོངས་འཛིན་ཡེ་ཤེས་རྒྱལ་མཆན་བཟླ་ཤེས་ལྷན་པོར་བཞུགས་སྐབས་ཤིག་  
 བྱེད་ཀྱིས་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཐམས་ཅད་གསལ་ཐོག་ལྷན་བཟུང་དུ་ཞིག་གི་ནང་དུ་གསལ་པོར་  
 ཤར་ཞིང་། གུལ་གུལ་བྱེད་པ་སོགས་དོན་བྱེད་རུས་པའི་བྱ་བ་རྣམས་ཀྱང་བྱེད་པ་  
 གཟིགས་པ་ཡིན་འདུག་པས་དེ་དག་ཀྱང་འདིའི་རྒྱབ་བཞེན་དུ་བྱ་བ་བྱེད་དགོས།  
 སྤྱོད་མའི་ང་དེ་ཡང་ད་ལྟའི་ང་ཡིན་ཏེ། བྱ་སྤྱོད་གྱིས་གསུངས་པ་ལྟར། འདུག་པ་  
 ལས། ཤིང་ཡང་བཅུགས་སོ་སྟེ་མ་དུ་རྟོག་དེས་ན། ། གཞན་ལས་སྐྱེ་བ་འཇིག་རྟེན་  
 ལས་ཀྱང་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པའི་རིགས་པས། དཔེར་ན། ར་ནིང་བདག་  
 གིས་ཤིང་ཞིག་བཅུགས་ནས་དེ་སྐྱེས་ན། འདི་ངས་བཅུགས་པ་དེ་ཡིན་བྱས་ཆེ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཁྱོད་བདེན་ཟེར་བ་མ་གཏོགས། དེ་ཁྱོད་མིན། ར་ནིང་གི་མི་དེ་  
 ཡིན་ཞེས་ཟེར་མཁན་སྤྱུ་ཡང་མི་ཡོང་བས་སྤྱོད་མའི་ང་དེ་ད་ལྟའི་ང་ཡིན་པར་འཇིག་  
 རྟེན་པས་ཀྱང་འདོད་པོར་སྤང་ཞེས་གསུངས་སྤང་བ། དེ་ལྟར་རང་དང་མཐའ་སྐྱོར་  
 དུ་སེམས་ཅན་གཞན་ཡང་མོས་ནས་ཕྱག་བཙལ་ན་སྐྱབས་འདུག་ཀྱང་དེ་ལས་ལྷག་པ་  
 ཅི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་འདི་འདྲ་བའི་ཕྱག་ལེན་དུ་བཟུང་རྒྱ་རྣམས་བཞག་ནས། རང་  
 ལ་རུས་པ་མེད་པར་ཁག་བཞག་སྟེ། གསལ་ཐོག་ལྷན་པོར་འབྱེད་སོགས་སྤངས་ནས་  
 སྐྱབས་འདུག་མ་བྱས་ན་ནི་རང་ལ་དེ་ལས་གཞོད་པ་མེད་པས་དེ་རྣམས་ཀྱང་ཕྱགས་  
 ཡུལ་དུ་བཅང་དགོས། དེ་ལྟར་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཆེ་ལག་པ་སོགས་ཀྱང་ལེགས་པར་  
 སྐྱོང་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་ཐམས་པས། ང་སྤྱིར་ཁམས་པ་ཡིན་པ་དང་། དེའི་ནང་  
 རས་སྟོ་པ་ཁམས་པ་ཡིན་པས་ཕྱག་འདི་ལ་ངོ་སོ་ཆེན་པོ་བྱང་གསུངས་པ་ཡིན། ལྷང་  
 བཤགས་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱ་ཕྱག་ནི་ཕྱག་ཆེན་སྟོམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ངེས་པར་



སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་ཏེ། བྱུག་ཆེན་ཅ་བར། ཡིག་བརྒྱ་འབྲུམ་དང་ལྷུང་བཤགས་  
 བློ། ། བརྒྱ་ཕྱག་གང་མང་སྟོན་བཏང་སྟེ། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།  
 བྱུག་འཆལ་ལྷགས་ཉེས་པ་ལ་ཉེས་དམིགས་རི་ལྟར་ཡོད་པའི་ཚུལ། ལས་ཀྱི་ནམ་  
 པར་སྟོན་པ་བརྟན་པ་དང་། དགོ་བ་དང་མི་དགོ་བ་བརྟན་པའི་མདོ་གཉིས་ལས་  
 བཤད་པ་ནི། ཐལ་མོ་མ་སྦྱར་བར་བྱུག་འཆལ་པ་ལ་ཉེས་དམིགས་གཉིས་གསུངས་  
 ཏེ། ཐལ་མོ་མི་སྦྱར་བར་བྱེད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཤི་འཕྲོས་ནས་ཡུལ་མཐའ་འཁོབ་  
 དུ་སྦྱེ་བར་འགྱུར། ཆོ་འདི་ལ་འབད་པ་མང་པོ་བཅའ་ཡང་རྟེན་པར་མི་འགྱུར་བ་  
 ཡིན། དཔུལ་བ་ས་ལ་མ་གཏུགས་ན་དཔུལ་བ་མགོ་འཕྲུངས་དུ་སྦྱེ་ཞེས་པ་དང་།  
 དཔུལ་བ་སྦྱེ་འཕྲུགས་སུ་སྦྱེ་ཞེས་བཤད་པ་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་དོན་གཅིག་ཡིན། དཔུལ་  
 པ་དེ་ནི་ལུས་མགོ་འབྲུག་ལྡོག་ནས་མགོ་ལ་མེ་འབར་བར་བྱེད་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་མིར་  
 སྦྱེས་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བརྟན་བཅས་བྱེད་པ་སྦྱེ་བར་བཤད། ལག་པ་དབྱུག་པ་  
 དང་། རྒྱབ་མདུན་དུ་བསྐྱོལ་བ་སོགས་ཀྱིས་བྱུག་བཅའ་ན་ཡང་དཔུལ་བར་སྦྱེ། དེ་  
 རས་ཐར་ཏེ་མིར་སྦྱེས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པར་གྱུར་ལ་སྦྱར་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། རིལ་  
 ཆེན་གྱི་སྒྲ་གསལ་ཀྱང་མི་ལྟང་བ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་སྟངས་སྟེ། དོན་དུ་བྱུག་  
 འཆལ་སྐབས་ཡུན་རིང་པོ་ཉལ་ནས་སྟོན་པ་ནམས་སྟོ་འཕྱེར་སྦྱེ་བར་བཤད་ཅིང་།  
 སྟོ་འཕྱེ་ཞེས་པ་སྦྱལ་དང་། འབྲུ་སྟོན་སྟོ་བ་ས་ལ་དུད་ནས་འགྲོ་བ་ནམས་ཡིན།  
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྦྱལ་ཆེན་པོ་འཇིགས་སུ་རུང་བ་རི་རབ་ལ་བསྐྱོར་བ་གསུམ་ཅམ་  
 འཁོར་བ། དེ་ཡང་ལུས་སྟོབས་ཆེ་བས་ཁོག་སྟོད་སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་ཐོས་ནས་  
 ཤི་ལ་ཁད་དུ་གྱུར། དེ་གསོས་པའི་ཆོ་ཁོག་སྦྱད་དེ་ལྟར་འགྱུར་པ་སོགས་སྦྱག་བསྐལ་  
 དཔག་དུ་མེད་པ་གྱུར་དགོས་པ་དེ་འདྲར་སྦྱེ་བར་བཤད། ཐལ་མོ་སྦྱར་ཚུལ་ཡང་  
 ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་མཐིལ་གཉིས་སྦྱོད་པ་ནི་ལུ་སྟོགས་པའི་ཐལ་མོ་སྦྱར་ཚུལ་ཡིན་པས་  
 ལག་མཐིལ་སྦྱབ་སྟོང་ཡོད་ཅམ་བྱས་ནས། མཐེ་བོང་གཉིས་རུང་བཅད་ནང་དུ་འོང་།



བར་བྱས་ཏེ་ནོར་བུ་འཛིན་པའི་ཕྱག་རྒྱས་ལག་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ནོར་བུ་ཐོགས་པར་  
 མོས། ནོར་བུ་དེ་ལས་ཀྱན་དུ་བཟང་པོའི་མཆོད་སྤྱོད་ནམ་མཁའི་ཁམས་གང་བ་  
 སྤྱོད་ཏེ་མཆོད་པ་ཡུལ་བར་བསམས། དེ་ལྟར་ཕྱག་འཆལ་བའི་ཕན་ཡོན་ནི།  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱན་དགའ་བོ། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྤྲ་དང་སེན་མོའི་  
 མཆོད་ཉིན་ལ་ཕྱག་འཆལ་བ་འདིས་རང་གི་ལུས་ཀྱིས་ངེ་ཅམ་ནོར་བུའི་དབང་ཆེན་  
 གསེར་གྱི་ས་གཞི་ལ་ཕྱག་གི་བར་གྱི་རྩལ་སྤྲ་རབ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པའི་འཁོར་  
 ལོས་བསྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོར་སྤྱོད་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་གསུངས་པས། ཀྱན་དགའ་པོས་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ། ཕྱག་འཆལ་པ་ནི་མང་། འཁོར་ལོས་བསྐྱར་བ་ནི་ཉུང་ན།  
 དེའི་འབྲས་བུ་གང་དུ་སྤང་བ་ལགས་ཞུས་པ་ན། ཁོང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་འཛམས་པ་ཡིན་  
 པར་གསུངས་ཤིང་། གཙོ་བོ་ནི་གྲོགས་ལ་བརྟེན་སྤྱོད་བྱས་པས་འབྲས་བུ་འབྱེན་མི་  
 ལུས་པར་གསུངས་པ་ཡིན། ཡན་ལག་བདུན་པ་འདི་བྱས་ན་དལ་འབྱོར་ལ་སློང་པོ་  
 སྤང་བ་ཡིན་ཏེ། ཕྱག་གིས་ལུས་ལ་སློང་པོ་སྤང་། མཆོད་པས་ཡོ་བྱད་ལ་སློང་པོ་  
 སྤང་། བཤགས་པས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཀ་ལ་སློང་པོ་སྤང་། རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
 སྤགས་ཀྱིས་ཡིད་ལ་སློང་པོ་སྤང་བ་ཡིན། ཕྱག་འཆལ་བའི་ཕན་ཡོན་གཞན་ཡང་  
 འདི་ལྟར་གསུངས་ཏེ། ཕྱག་ཚུལ་དང་མཐུན་པར་བཅལ་ན་ཆོ་རིགས་བཅུན་པར་  
 འགྱུར་ཁིང་སྤྱོད་ཅིང་བདེ་བར་འོང་ཞེས་སྤགས་གསུངས་པ་ཡིན། ངག་གི་ཕྱག་གི་  
 སྐབས་དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཞེས་པའི་དབྱངས་ནི་བསྟོད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་ཡན་ལག་  
 ནི་དབྱངས་དེའི་རྒྱ་ཡིན་ཁིང་། རྒྱ་དེ་ནི་ལྷེ་ལ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཆོ་ཞེས་པ་ནི་སྤྱིར་རྒྱ་  
 མཆོའི་སྐད་དོད་ས་ལུ་རྒྱ་ཞེས་པ་མང་པོ་ལ་ཡང་འཇུག་པས་འདིར་མང་པོའི་དོན་  
 ཡིན་ཁིང་། དབྱངས་ཀྱི་ཡན་ལག་མང་པོ་ནི་ལྷེ་གངས་མེད་པ་སྤུལ་པ་རྣམས་ཡིན།  
 མཆོད་པའི་ཡན་ལག་ལ། སྤྱོད་ཡོད་པའི་མཆོད་པ་དང་། སྤྱོད་མེད་པའི་མཆོད་པ་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་ནི། མེ་ཏོག་དམ་པ་འབྲེང་བ་དམ་པ་དང་། ། ཞེས་སྤགས་



ཆོགས་བཅད་གཉིས་ཏེ། འདིའི་སྐབས་མེ་ཏོག་སེལ་མ་ནི་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་བཟུམ་  
 པ་དང་། འབྲེང་བ་ནི་མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་པ་ཁ་དྲེག་དང་དབྱིབས་ཀྱི་ནུམ་པ་མཛེས་  
 པར་སྤེལ་བའི་དུ་བྱེད་ལ་སོགས་པ། དེ་གཉིས་ཀའང་མེ་ཏོག་དངོས་དང་། གོས་  
 ཆེན་དང་དར་བུ་ཟམ་སོ་ཤོག་བུ་ཆོན་ཅན་སོགས་ལས་བཅོས་པ་ཐམས་ཅད་འབྲུལ་  
 བའོ། སེལ་སྒྲན་ནི་སྤྱད་པའི་རྒྱད་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱེ་འབྲུང་བ་སོགས་ཀྱི་རོལ་མོ་སྒྲ་  
 ཆོགས་པའོ། བྱུག་པ་ནི་ཁ་སང་སྤྱི་བྱུག་གི་སྐབས་ཁྲས་པ་ལྟར་སྒྲུམ་གཅང་མའི་བྱུག་  
 པའོ། གདུགས་མཆོག་ནི་ཆ་གདུང་སྒྲིབས་པར་བྱེད་པ་འདི་ལས་ལྷག་པའི་གདུགས་  
 གཞན་མེད་པར་ཐག་བཅད་ཆོག་པ་ལྟ་བུའོ། མར་མེ་ནི་སྤང་བ་གསལ་བའི་རིན་པོ་  
 ཆེ་ལ་སོགས་པ་དང་། མཆོད་མེ་སོགས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་མཆོན་མོའི་དུས་སྤྱུག་ལ་  
 ཆེ་བ་ཡིན། བདུག་པ་ནི། སྤྱར་སྤྱོད་དང་། ཡ་ཀ་རུ་ལ་སོགས་པ་སྒྲ་གཅིག་པ་  
 ནམས་སོ། ན་བཟའ་དམ་པ་ནི། སྤྱབ་འཇམ་ཡངས་པ་ལྟ་ཡིགོས། ཞེས་པའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་ལྷན་པའི་དགོས་སོ། ཇི་མཆོག་ནི་ཁ་ཆེ་གུར་གུམ་སོགས་ཇི་བཟང་པོས་  
 བསྒྲིས་པའི་ཆུའོ། བྱེ་མ་ཡུར་མ་ནི་སྤྱོད་ཇི་ཞིམ་པོའི་བྱེ་མ་གཏོར་དུ་རུང་བ་དང་།  
 བདུག་དུ་རུང་བ་ཐུམ་པོར་བྱས་པ། དེ་ཡང་རྒྱ་ནག་ནས་དོན་པའི་སྤྱང་སྤྱད་ཀྱི་དུ་  
 བའི་ནང་དུ་ཐུམ་པོ་བཅུག་པ་དེའི་དུ་མིག་ནས་རྒྱང་པོག་པའི་དྲི་ངད་ལྷང་པ་དེ་ལྟ་བུ་  
 དང་། དཀྱིལ་འཁོར་གྱིས་པ་ལྟ་བུར་ཆོན་གྱི་བྱེ་མ་སྤེལ་བ་ལ་སོགས་པ། རྒྱ་ཞེས་པ་  
 ཞིང་ཆེ་ཆུང་དང་། རམས་ཞེས་པ་དཔང་མཐོ་དམའ་བཅས་རི་རབ་དང་མཉམ་པ་  
 ལྟ་བུའོ། བཀོད་པ་ནི་གོང་མ་ཀྱན་གྱི་མཐར་སྒྱུར་བ་སྟེ་ཕལ་ཆེ་བ་དང་སྤྱོད་པ་དང་སྒྲ་  
 ཆོགས་པ་ལ་བྱའོ། ཞེས་པའི་སྐབས་འདིར་མཆོད་ཡོན་ཕལ་ཆེར་མ་སྤངས་ན་གོ་  
 བདེ་སྟེ་ཕལ་ཆེ་བ་ཞེས་པ་རྒྱ་ཆེ་བའམ་མ་ལུས་པ་དང་། སྤྱོད་པ་ནི་འོད་ཟེར་སོགས་  
 ཀྱིས་མཛེས་པ་དང་། སྒྲ་ཆོགས་པ་ནི་དབྱིབས་དང་ཁ་དྲེག་སོགས་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་  
 པ་ལ་བྱས་ན། མཆོད་ཡོན་ཕལ་ཆེར་མཆོད་ཡོན་སྤྱི་བྱེད་དང་། ཞེས་པ་དང་པོ་དང་



སྐྱུར། མཆོད་ཡོན་བཀོད་པའི་འོད་ཟེར་རབ་བཀྱེ་ཞིང་། ། ཞེས་པ་གཉིས་པ་དང་  
 སྐྱུར། མཆོད་ཡོན་རྣ་ཆོགས་ཀྱན་ཏུ་བཀྱམ་བྱས་ནས། ། ཞེས་པ་གསུམ་པ་དང་  
 སྐྱུར་ནས་འཆད་ན་གོ་བདེ། ཡང་སྦྱོར་ཆོས་རྒྱས་པར་མཛད་འདོད་པ་དང་།  
 གསུང་ཡོད་པ་དང་། མགོན་པ་བདེ་བ་རྣམས་ཀྱིས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོ་མ་ཉྩ་བུའི་མཆོད་  
 འཕྲིང་དབྱངས་དང་བཅས་ཏེ་གསུངས་ན་ཕན་ཡོན་ཆེ་ཞིང་། གསུངས་ཡོད་པ་  
 སོགས་ཀྱི་ཡོད་གོ་ཡང་ཆོད་དེ། རྩོན་རྒྱལ་སྤྲས་ཐོགས་མེད་བསྐྱུང་བའི་ཆེ་གྲ་པ་སྐད་  
 ཡོད་པས་སྦྱོལ་ཆོག་དབྱངས་དང་བཅས་བཏང་སྐབས་བསྐྱུང་དྲངས་འགྲོ་བ་ཡིན་པ་  
 ལ། ལན་ཅིག་གྲ་བ་སྐད་མེད་པ་བཞིས་སྦྱོལ་ཆོག་བཏང་བས་གང་ཡང་མ་ཕན་པས།  
 རྒྱལ་སྤྲས་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་ནས། དབྱངས་འདི་ལ་ང་ཡང་དགའ་ན། རྒྱལ་བ་སྤྲས་  
 བཅས་ཅའི་ཕྱིར་མི་མཉེས་གསུང་སྐད། མཆོད་པའི་ནང་ནས་ཀྱང་རང་གིས་ཅི་ཟ་  
 ཅི་འབྱུང་གི་ཡུད་དེ་དཀོན་མཆོག་ལ་འབུལ་བ་གལ་ཆེ། བཟང་པོ་སྦྱོད་ལ་དད་པའི་  
 རྟོབས་དག་གིས། ། རྒྱལ་བ་ཀྱན་ལ་ཕྱག་འཆལ་མཆོད་པར་བཀྱེ། ། ཞེས་པའི་རྒྱང་  
 བ་གཉིས་པོ་འདིས་ཕྱག་དང་མཆོད་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཀྱན་སྦྲིང་དང་ཡུལ་བསྟན་པ་  
 ཡིན་ཏེ། ཆོག་རྒྱང་དང་པོས་ཀྱན་སྦྲིང་དང་། གཉིས་པས་ཡུལ་སྟན་པ་ཡིན། ཡང་  
 ཁ་སང་གི་འུ་རྒྱུའི་འཕྲོས་འདི་རྣམས་ལུས་འདུག་པས་འདི་རྣམས་འུ་རྒྱ་ཡིན་ཏེ།  
 བྱུས་གསོལ་རྒྱས་པ་དེ་ཅམ་མ་ལྷོགས་ན། ཆོགས་ཞིང་བྱུས་ཁང་དུ་གདན་མ་དྲངས་  
 བར། རང་གི་སྦྱིང་ཁ་ནས་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྷ་རེ་རེ་ལ་ཞབས་ཕྱི་གསུམ་རེ་སྤུལ་ནས།  
 གཅིག་གིས་བུམ་པ་ཐོགས། གཅིག་གིས་བྱུས་གཞིང་ཐོགས། གཅིག་གིས་བྱུས་རས་  
 འབུལ་པ་སོགས་བྱས་ནས་བྱུས་གསོལ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་དེ་ལས་བསྐྱུས་པ་བྱེད་ན།  
 རང་གི་མདུན་དུ་བྱུས་གཞིང་དང་ལག་ཏུ་མེ་ལོང་དང་བུམ་པ་ཐོགས་ནས་མེ་ལོང་  
 ནང་དུ་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྷ་འི་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བར་མོས་ཏེ་སྐྱུ་བྱུས་གསོལ་བའི་མོས་  
 པ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཡོ་བྱད་རྣམས་དངོས་སུ་སྤྲིག་མི་དགོས། བྱུས་གསོལ་རྒྱས་པ་



བྱེད་སྐབས་རྒྱུད་དུ་འཛིན་གྱིས་བཞེས་པ་གཅིག་ནས་རྒྱུད་འབབ་པ་དེས་ཆ་དཔུལ་བ་ལ་  
 གང་བའི་རེག་བྱ། གང་དཔུལ་བ་ལ་ཆ་བའི་རེག་བྱ། ཡི་དྲགས་ལ་ཟས་སྒྲིམ།  
 དུད་འགོ་ལ་ཐུན་པ་སྒྱིད་པ་ཁྱད་པར་གཏི་ཐུག་གི་ཐུན་པ་ཐམས་ཅད་སེལ་བར་བྱེད་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲིན་ལ། ལྷ་མ་ཡིན་ལ་ལྷ་འི་མཆོན་གྱིས་མི་དམིགས་པའི་གོ་མཆོན་  
 དང་། མི་ལ་སྒྱེ་གན་འཆོད་ཆུ་བོ་ཆེན་པོ་ལས་སྒྲིལ་བའི་གྲུ་གཟིངས་ཀྱི་རྣམ་པར་གྱུར་  
 བས་གང་ལ་གང་འབྱུལ་གྱི་སྒྱུལ་པས་དེ་དག་གི་དོན་མཛད་པར་བསམ། དེ་ནི་  
 ཉམས་ལེན་ཤིན་ཏུ་ཟབ་སྟེ། རྒྱུད་པ་ཡབ་སྐུས་ཀྱི་ཞལ་ནས། རིགས་དྲུག་གནས་  
 སྒྱུང་གི་ཡུས་ཆེ་བ་མང་སྟེ་གདམས་པ་འདི་འདྲ་བ་དཀོན་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་ཁ་  
 སང་ན་བཟའ་རྟིང་པ་སྟེགས་ཀྱི་ཁར་འཛོག་ཞུས་པ་དེ་རྣམས་མཇུག་ཏུ་འོད་སེར་པོའི་  
 རྣམ་པར་གྱུར་ནས་རང་གི་སྟིང་ཁར་བསྐྱུ་བ་ཡིན། ན་བཟའ་འབྲུལ་བའི་སྐབས་  
 ཀྱང་། འབྲོམ་ལ་སྒྱུ་རགས་སྒྲིན་པོ་སྒྱུ་སྟེད་ལ་བསྒྲུབ་བ་དྲུག་འཁོར་ཐུབ་པ་ཞིག་དེས་  
 པར་འབྲུལ་དགོས་ཏེ། ཞིང་འདིར་ཆོས་འདི་དར་བ་ཡང་འབྲོམ་གྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་  
 ལ་དེའི་ཕྱིར་འབྲོམ་གི་སྒྱུལ་པ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་མཛད་པའི་མཆོན་དོན་དུན་དགོས་  
 ཤིང་། དེ་ཡང་འབྲོམ་གྱིས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཡུས་ཆང་བ་ཕྱིན་དྲུག་གིས་  
 འཆིང་བར་མཛད་བའི་དོན་ཡིན། རྟིག་པ་བཤགས་པ་ནི། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་  
 གཏི་ཐུག་དབང་གིས་ནི། ། ཞེས་སྟགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྟེ། རྟིག་པའི་རྒྱ་ཉོན་  
 མོངས་པ་དྲུག་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞི་ཡུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གང་རིགས་སམ་  
 གསུམ་ཀའི་སྒྲིན་ནས་རྟིག་པ་རང་གིས་བྱས་པ་དང་གཞན་བྱེད་དུ་བཅུག་པ་དང་།  
 གཞན་གྱིས་བྱས་པ་ལ་ཡི་རང་བྱིས་བ་རྣམས་འགྲོད་སྒྲིམ་དང་ལྷན་པས་བཤགས་ན་  
 སྤར་བསགས་ཀྱི་རྟིག་པའི་འཕེལ་ཁ་ཆད་ཅིང་། ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་པར་འགྱུར། དེ་  
 ཡང་ལྷུང་བཤགས་ཀྱི་སྒྲིན་ནས་བཤགས་པ་བྱེད་པ་གནད་ཆེ་སྟེ། ལྷུང་བཤགས་འདི་  
 ལ་སྟོབས་བཞེད་ཉམས་ལེན་ཆང་བ་ཡིན། དེ་རི་ལྷུང་ཆང་ཆུལ་ནི། སྤམ་ལ་སྒྱབས་



སྤྱི་མཆོད། སངས་རྒྱལ་ལ་སྤྱབས་སྤྱི་མཆོད། ཆོས་ལ་སྤྱབས་སྤྱི་མཆོད། དགེ་  
 འདུན་ལ་སྤྱབས་སྤྱི་མཆོད། ཞེས་པས་ཉེན་གྱི་སྤྱབས། བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱལ་དཔལ་རྒྱལ་  
 བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པ་ནས། རིན་པོ་ཆེ་དང་པར་ལ་རབ་ཏུ་  
 བཞུགས་པ་རི་དབང་གི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་གཉིན་པོ་ཀུན་  
 ཏུ་སྤྱོད་པའི་སྤྱབས། དེ་དག་ལ་སོགས་པ་སྤྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཐམས་  
 ཅད་ན་ཞེས་པ་ནས། མི་འཆབ་པོ། མི་སྤྱེད་དོ་ཞེས་པའི་བར་གྱིས་རྣམ་པའི་སྤྱན་  
 འབྱེན་པའི་སྤྱབས། སྤྱན་ཆད་ཀྱང་གཅོད་ཅིང་སྤྱོམ་པར་བབྱེད་ལགས་སོ། ཞེས་  
 པས་ཉེས་པ་ལས་སྤྱར་རྫོགས་པའི་སྤྱབས་ཆང་བ་ཡིན། ཇིས་སྤྱི་རང་གི་ཡན་ལག་ནི།  
 སྤྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀུན་དང་སངས་རྒྱལ་སྤྱས། ། ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་  
 གཅིག་སྟེ། སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱི་མཛད་པ་བཅུ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་དང་། བྱང་  
 སེམས་རྣམས་ཀྱིས་གདུལ་བྱའི་དོན་མཛད་པ་དང་། གཞན་ཡང་རང་རྒྱལ་རྣམས་  
 དང་། སྤྱོད་པ་དང་མི་སྤྱོད་པའི་ཉན་ཐོས་རྣམས་དང་། སོ་སོའི་སྤྱོད་པོ་སྟེ་གང་ཟག་  
 ལྷ་པོ་དེའི་དགེ་བ་ཇི་སྟེད་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་དགའ་བ་བསྐྱེད་པའོ། ཞེས་གསུངས།  
 དེའི་ཟུར་བཤད་ཏུ་བྱས། ཤེས་རབ་པ་རོལ་ཕྱིན་པ་ལ། ། མོས་པའི་གནས་སྤྱབས་  
 རྣམས་ལ་ནི། ། དགྲ་ཆོན་གསུམ་གྱིས་བསྟོད་པ་དང་། ། བཀྱར་བ་དང་ནི་བཟུགས་  
 པར་བཞེད། ཞེས་པའི་སྤྱབས་སྤྱི་བསྟོད་བཀྱར་བཟུགས་གསུམ་གྱི་དོན་གསེར་  
 འབྲེང་དུ། ཤུན་ཉིས་སྟོང་པོ་མཆོག་ཏུ་དེ་དག་ལ་ཡོན་ཏན་བཞེད་པ་རྒྱུ་དུ་དང་  
 འབྲེང་དང་། ཆེན་པོའི་དབྱེ་བས་བསྟོད་པ་དང་བཀྱར་བ་དང་བཟུགས་པར་བཞེད་  
 དོ། ཞེས་ཡོན་ཏན་བཞེད་པ་རྒྱུ་འབྲེང་ཆེ་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བས་བསྟོད་བཀྱར་  
 བཟུགས་གསུམ་དུ་བཞག་པ་དེ་འབྲེད་སྤྱོགས་སྤྱི་མཛད་འདུག་གསུངས། ཆོས་  
 འཁོར་བསྐྱོར་བར་བསྐྱལ་བའི་ཡན་ལག་ནི། གང་རྣམས་སྤྱོགས་བཅུའི་འཇིག་རྟེན་



སྒྲོན་མ་རྣམས། ། ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྟེ། ཆོགས་བཅད་འདི་ལ་རྗེའི་  
 འགྲེལ་པ་མཛད་ལུགས་ཀྱི་དབང་དུ་བཏང་ན། བྱང་ཆུབ་རྣམ་པར་སངས་རྒྱས་མ་  
 ཆགས་བརྟེས། ། ཞེས་པ་ཞིག་ཐོན་ཡོད། འོན་ཏེ་བྱང་ཆུབ་དུ་སངས་རྒྱས་ནས་  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མི་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་སྟོན་པའི་སངས་རྒྱས་རི་ཡོད་དང་། རང་གི་སྤྱི་  
 མ་སོགས་ལ་རང་ལུས་རྩལ་ཕྱན་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པར་སྤྱུལ་ཟིན་ནས་ཡོད་པ་དེ་  
 ཐམས་ཅད་ཆངས་པ་གཤོང་བཞི་པའི་རྣམ་པར་གྱུར་ཏེ། དེ་རྣམས་ལ་གསེར་གྱི་  
 འཁོར་ལོ་ཕྱི་བས་སྟོང་དང་ལྷན་པ་རེ་རེ་ཕུལ་ནས་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པའི་མས་པ་བྱ། བྱང་ན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་  
 འདེབས་པའི་ཡན་ལག་ནི། བྱང་ན་འདའ་སྟོན་གང་བཞེད་དེ་དག་ལ། ། ཞེས་  
 སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྟེ། དེའི་ཆེ་བྱང་ན་ལས་འདའ་བར་བཞེད་པ་རྣམས་ལ་  
 བསྐལ་པ་ཞིང་གི་རྩལ་ཕྱར་བ་ཀྱི་གངས་དང་མཉམ་པར་བཞུགས་པར་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པར་བསམ། བསྐྱོར་བའི་ཡན་ལག་ནི་ཕྱག་འཆལ་བ་དང་  
 མཆོད་ཅིང་བཤགས་པ་དང་ཞེས་སོགས་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྟེ། ཡན་ལག་དུག་པོ་  
 དེས་མཆོན་དགེ་བ་གང་ཡོད་ཐམས་ཅད་སྤྲ་མེད་བྱང་ཆུབ་དུ་བསྐྱོར་བ་ཡིན། ཡང་ས་  
 ལ་བརྟེན་ནས་འགྲེལ་བ་ས་ལ་བརྟེན་ནས་ལང་བ་ལྟར། རྟོག་པ་དཀོན་མཆོག་ལ་  
 བརྟེན་ནས་བསགས་པ་ཡིན་པས། དཀོན་མཆོག་ལ་བརྟེན་ནས་བཤགས་པ་བྱེད་  
 དགོས། ཚུལ་བྲིམས་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱག་བསྐལ་གྱི་རྒྱར་འགྲོ་བ་ཡང་ཡོད་  
 དེ། མདོ་ལས། ལ་ལའི་ཚུལ་བྲིམས་བདེ་བ་སྟེ། ། ལ་ལའི་ཚུལ་བྲིམས་ཕྱག་བསྐལ་  
 ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ཡང་རྟོག་པ་སྟོབས་རི་ལྟར་ཆེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ཡོད་ན་དེས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པར་བཤད་དེ། སྟོང་འཇུག་ལས། རྟོག་པ་  
 སྟོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ། ། དེ་ནི་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ། །  
 དགོ་གཞན་གང་གིས་ཟིལ་གྱིས་གཞོན་པར་བྱས། ། ཞེས་གསུངས། སྤར་རྟོག་པ་



ཤིན་དུ་ཆེ་བར་བྱས་པ་ཡང་ཕྱིས་བཤགས་པས་ཟླ་བ་སྤྱིན་རུམ་ནས་ཐོན་པ་བཞིན་  
 མཛེས་པར་འགྱུར་ཏེ། བཤེས་སྤྱངས་ལས། གང་ཞིག་སྤྱིན་ཆད་བག་མེད་གྱུར་པ་  
 ལས། ། ཕྱིས་ནས་བག་དང་ལྡན་པར་གྱུར་དེ་ཡང་། ། ཟླ་བ་སྤྱིན་བྲལ་ལྟ་བུར་ནམ་  
 མཛེས་ཏེ། ། དགའ་བོས་སོར་འབྲང་མཐོང་ལྡན་བདེ་བྱེད་བཞིན། ། ཞེས་  
 གསུངས། རྗེས་སྤྱི་རང་འདི་ཡང་ཕན་ཡོན་ཤིན་དུ་ཆེ་ཏེ། སྤྱད་པ་ལས། སྤྱང་  
 གསུམ་རི་རབ་སྤང་ལ་གཞལ་བའི་ཆད་བཟུང་རུང་། ། རྗེས་སྤྱི་རང་དགེ་བ་དེ་ནི་  
 དེ་ལྟར་མིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། བྱད་པར་རང་གི་  
 སྤྱིན་བྱས་དགེ་བ་ལ། ། རྗེ་མ་སེམས་བྲལ་བའི་དགའ་བ་ཆེར་བསྐྱེད་ན། ། སྤྱིན་ཆད་  
 དགེ་བ་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ་ལོ་ཞེས། ། རྒྱལ་བས་གསུངས་པའི་དོན་དེ་སྤྱབ་ཕྱིར་  
 དང་། ། དགོས་པ་གཞན་ཡང་མང་དུ་མཐོང་བས་ན། ། སེམས་བྱོད་དགའ་བ་འདི་  
 ལྟར་བསྐྱེད་ན་ལེགས། ། ཞེས་གསུངས། ཆོས་ཀྱི་འཕྲངས་པའི་རྒྱ་ནི་མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་ལས། ཆོས་ཀྱི་འཕྲངས་པའི་རྒྱ་དག་ནི། ། བདུད་ཀྱི་ཐིབས་ཀྱིས་ནོན་པ་  
 དང་། ། ཟབ་མོའི་ཆོས་ལ་མ་མོས་དང་། ། སྤང་པོ་ལ་སོགས་མངོན་ཞེན་དང་། །  
 རྟིག་པའི་གྲོགས་པོས་ཡོངས་ཟེན་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ནམས་ཡིན་པས་དེའི་  
 གཞེན་པོར་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱར་བར་བསྐྱལ་དགོས། དེ་ཡང་མཛོད་ལས།  
 ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་མཐོང་བའི་ལམ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གདུལ་བྱའི་རྒྱད་ལ་  
 མཐོང་ལམ་སྦྱོར་པ་ན་ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བ་ཡིན། ལྷ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་  
 གསོལ་བ་འདེབས་པའི་སྐབས། ཆོགས་ཁིང་སོགས་གསོལ་བ་འདེབས་ཡུལ་ནམས་  
 ལ་དོ་རྗེ་རྒྱ་གམ་གྱིས་མཆན་པའི་བྲི་རེ་འབུལ་བའི་མོས་པ་བྱ་དགོས། བསྟོ་བའི་  
 སྐབས་དགེ་ཅ་ནམས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་བསྟོ་དགོས་ཏེ། སྦྱོང་འཇུག་  
 ལས། དངོས་སམ་ཡང་ན་རྒྱད་ཀྱང་རུང་། ། སེམས་ཅན་དོན་ལས་གཞན་མི་  
 སྦྱོང་། ། སེམས་ཅན་ཁོ་ནའི་དོན་གྱི་ཕྱིར། ། རྗེ་གས་པའི་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་བསྟོ་འོ། །



ཞེས་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་མངོན་ཏྟགས་རྒྱན་ལས། ཐབས་དང་མི་དམིགས་པ་  
 དག་གིས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོས་བསྐྱོད་དགོས། དེ་  
 ལྟར་རྒྱུགས་བྱུང་དུ་བསྐྱོས་ནས་དགོ་བ་དེ་ཉིད་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བདེ་པ་  
 ཡིན་ཏེ། སྒྲོ་གྲོས་རྒྱ་མཚོས་ཞུས་པའི་མདོ་ལས། ཇི་ལྟར་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་ཆུ་ཐིགས་  
 ལྷུང་། ། རྒྱ་མཚོ་མ་བདེ་བར་དུ་དེ་མི་འཛད། ། དེ་བཞིན་བྱང་ཆུབ་རྒྱུར་བསྐྱོས་  
 དགོ་བ་ཡང་། ། བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་བར་དུ་དེ་མི་འཛད། ། ཅས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 བསྐྱོ་བའི་ངོ་བོ་ནི་སེམས་བྱུང་སེམས་དཔའ་བམ་འདུན་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ནི་རྒྱན་  
 ལས། བསྐྱན་པ་ནམས་ཀྱིས་བསྐྱོ་བ་ནི། ། སེམས་དཔའ་འདུན་དང་བཅས་  
 པའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ། །



## ཉིན་དགུ་པ།

དཀོན་མཆོག་སྒྲོན་མེའམ་དཀོན་མཆོག་རྒྱ་ལ་ལ་ཞེས་གྲགས་པའི་མདོ་ལས།  
 དད་པ་སྒྲོན་འགྲོ་མ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་སྟེ། ། ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྤང་ཁིང་སྤེལ་བར་  
 བྱེད། ། རྟོག་པ་སེལ་ཁིང་ཚུ་བོ་ནམས་ལས་སྒྲེལ། ། དད་པ་བདེ་ལེགས་གོང་ཁྱིམ་  
 མཆོན་བྱེད་ཡིན། ། ཞེས་པའི་ལུང་འདྲིན་དང་འབྲེལ་བའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་།  
 ལྟག་པར་བསོད་ནམས་གསོག་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། སྒྲོན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ལ་བྱ་གཟུགས་ཀྱི་  
 སྟོབས། བཟོའི་སྟོབས། བཙོན་འགྲུས་སྟོབས། ཤེས་རབ་སྟོབས། བསོད་ནམས་  
 སྟོབས་ཏེ་ལྔ་ཡོད་པ་ནམས་རང་རང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་བསྐྱེད་པ་ཆེར་བཟོད་ནས་མ་  
 འཆམ་པ་ན། བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས། འཇིག་རྟེན་དག་ན་གཟུགས་དང་  
 བཟོ། ། བཙོན་འགྲུས་དང་ནི་ཤེས་རབ་ནམས། ། བསོད་ནམས་དག་ལས་འབྱུང་  
 བས་ན། ། དེ་ཕྱིར་བསོད་ནམས་དམ་པ་ཡིན། ། ཞེས་དང་། བསོད་ནམས་ལས་  
 བྱེད་པ་འབྱུང་། ། དེ་ཕྱིར་མིས་ནི་བསོད་ནམས་བྱ། ། དེ་ཡང་ཡང་དང་ཡང་དུ་  
 བྱ། ། དེ་ཉིད་ལ་ནི་འདུན་པར་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་ཀྱང་མ་འཆམ་པས། རྒྱལ་པོ་  
 བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས། ང་རང་ཆོ་ཡུལ་འབྱུང་ནས་ཕྱིན་ན་ཏ་གོ་ཡོང་གསུངས་  
 པ་ཆང་མ་གྲོས་མཐུན་ནས་འབྱུང་བས། གཟུགས་ཀྱི་སྟོབས་དང་བཟོའི་སྟོབས་  
 གཉིས་ཏེ་བྱེད་ཅམ་ལས་མ་བྱུང་། བཙོན་འགྲུས་སྟོབས་ཀྱིས་ཚུ་བཀལ་ནས་ཅན་  
 དན་གྱིས་འཆོ་བ་སྦྱབ་པས་དེ་གཉིས་ལས་དྲག་ཅམ་བྱུང་། ཤེས་རབ་སྟོབས་ཀྱིས་  
 བྱིམ་བདག་དང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་འདུམ་པར་བྱས་ཏེ། དེ་ཡང་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོས་བྱིམ་  
 བདག་ཞིག་གི་འོར་ལངས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་འཕྲོག་ཐེངས་གསུམ་བྱས། ད་དུང་ཀྱང་  
 རྒྱལ་པོ་དེས་བྱིམ་བདག་དེ་ལ་སྤང་པོ་ཆེ་འདི་སྤང་ལ་གཞུག་བའི་གྲངས་ཤེས་ན་ཆ



རྒྱུ་མི་འཕྲོག་ དེ་མིན་ཆང་མ་འཕྲོག་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་ཁོས་ཤེས་རབ་སྟོབས་ལ་  
 བྱས་པས། ཀོ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་རྒྱར་བཅུག་ དེའི་ནང་སྤང་པོ་ཆེ་བཅུག་རྒྱ་ཡོད་  
 མཚམས་སུ་རི་མོ་ཞིག་བྱིས་ནས་བཞག་སྟེ། དེའི་ཡུལ་དུ་རྩོད་རྒྱུ་ནས་སྤང་ལ་  
 གཞལ། དེའི་ཆོད་ཅིས་པས་སྤང་གངས་ཐིག་སྟེ་བྱིམ་བདག་དེའི་ཡོ་བྱད་བྱེད་ཁ་  
 ཐོབ། བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱིས་གྲོང་བྱིར་གྱི་སྤང་པོ་ཤིན་ཏུ་བཞེན་པ་ཞིག་གི་བྱིམ་  
 དུ་སྤང་པོའི་ནམ་པར་བཞུགས་པས། ཁོང་གི་སྐྱབས་བསོད་ཀྱིས་སྤང་པོ་དེ་ལྷག་པར་  
 བྱུར། དེ་ནས་ཁོང་གི་བདེན་ཆོག་བརྗོད་དེ་ཁང་བཟང་དང་ཡོ་བྱད་བྱན་ལ་ཁོར་  
 སོགས་ལྷན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་མཛད་ནས་བཞུགས། གཞན་ཡང་པརྒྱའི་སྟེང་དུ་  
 བཞུགས་པ་སོགས་རྒྱ་འབྲུལ་གྱི་བཀོད་པ་མང་པོ་སྟོན་ཅིང་བཞུགས་པས་ཀྱན་གྱིས་  
 བསོད་ནམས་ཆེ་བར་མཐོང་། དེ་དུས་ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོ་གཅིག་གི་མི་རྒྱུད་ཆད་ནས།  
 སྤགས་མཁན་རྒྱས་པ་ཅན་མང་པོ་གཟུངས་ཆོག་གི་བྱམ་པ་སྤང་པོ་ཆེའི་སྐྱལ་བཏགས་  
 ནས་བཏང་བས་དེ་གང་གི་མགོ་ཐོག་དུ་བཞག་པ་དེ་རྒྱལ་པོར་མངའ་གསོལ་བར་བྱེད་  
 པ་ལས། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་གོས་རྒྱན་སོགས་ལྷན་སུམ་ཆོགས་པ་བྱས་ནས་ཆོགས་པའི་  
 དཀྱིལ་དུ་སྤང་པོ་ཆེ་དེས་ཡར་ཉུལ་མར་ཉུལ་བྱས་ནས་བྱམ་པ་བསོད་ནམས་སྟོབས་ཀྱི་  
 དབུ་ཐོག་དུ་བཞག་པས་ཡུལ་དེའི་རྒྱལ་པོར་དབང་བསྐྱར། དེ་ནས་ཁོང་རང་གི་རྩོ་  
 རྩོ་བཞིས་ཀྱང་བདུད་ཅིང་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཡང་རྒྱར་བྱོན་ནས་ཕན་ཚུན་གྱི་རྒྱལ་ས་གཉིས་  
 ཀར་དབང་བསྐྱར་བ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱེ་ཆེ་སྟོན་མར་རྒྱན་པོ་རྒྱལ་བ་པ་ཞེས་པར་  
 འབྲུངས་སྐབས། རང་སངས་རྒྱས་གཅིག་ལ་དད་ནས་གཞན་གང་ཡང་འབྲུལ་རྒྱ་  
 མེད་པར། གདུགས་གཅིག་དང་ལྷན་ཞིག་ཡོད་པ་འབྲུལ་བར་ཐག་བཅད། པ་ཏ་  
 ལྷ་ཡོད་པ་འབྲུལ་མི་འབྲུལ་ཐེ་ཆོམ་བྱེད་ཅིང་བཞུགས་པ་ནས་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དེ་  
 མཐེན་ནས། དགེ་བ་དལ་ནས་བྱས་ན་ནི། ། རྒྱིག་ལས་མངོན་པར་དགའ་བར་  
 འཇུག། ། དེ་ཕྱིར་དགེ་བ་བསྐྱར་ཏེ་བྱ། ། དེ་ཡང་ཡང་དང་ཡང་དུ་བྱ། ། ཞེས་



གསུངས་པས་ཁོང་གིས་དེ་ནམས་སྤུལ་བའི་ནམ་སྤྱོན་བསོད་ནམས་སྟོབས་སུ  
 འབྲུངས་དུས་སྤྱོན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ང་རང་ནམས་ཀྱིས་དགོ་བ་སྤྱི་དང་བྱད་པར་  
 ཡན་ལག་བདུན་པ་བྱས་ན། བསམ་པ་དངོས་པོ་ཉེན་ནམས་ཀྱི་སྟོན་ནས་སྟོབས་ཆེ་སྟེ།  
 ཁིང་སྤྱ་མ་སངས་རྒྱས་སོགས་ཆོགས་ཁིང་ནམས་དང་། བསམ་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པ་དང་། དངོས་པོ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་རྗེས་ཡོ་  
 བྱད་ཐམས་ཅད་སྤུལ་བ་དང་། ཉེན་སྟོན་པ་དང་ལྡན་པའི་སྟོན་ནས་སྟོབས་ཆེ། ཡང་  
 རྒྱལ་བྱིམས་དང་མི་ལྡན་བཞིན་དུ། རྒྱལ་བྱིམས་དང་ལྡན་པའི་གས་སུ་བསྐྱེད་ནས་  
 དགོ་འདུན་གྱི་དཀོར་ལ་འབགས་ན་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ། ལྷང་ལས།  
 ལྷགས་གོང་མེ་ལྷེ་འབར་བ་དག ། ཟོས་པར་གྱུར་པ་མཆོག་ཡིན་གྱི། ། རྒྱལ་འཆལ་  
 ཡང་དག་མི་སྟོན་པས། ། ཡུལ་འཁོར་བསོད་སྟོམས་བ་བ་མིན། ། ཉེས་གསུངས།  
 ཡང་ཕྱག་གི་སྐབས། ཨོན་མོ་མཁུ་བྱི་ཡེ། བ་མ་སུ་བྱི་ཡེ། བ་མ་ཡུཌ་མ་བྱི་ཡེ་སྤྱོད།  
 ཉེས་པའི་ཕྱག་འབྱུར་གྱི་སྐགས་འདི་བྱང་ན་འདོན་དགོས་ཤིང་ལྷང་བཤགས་འདོན་  
 ཁར་སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་ཆེའི་མན་ངག་ཏུ་རང་མི་གཡོ་བར་གསལ་བའི་ཕྱགས་ཀའི་རྒྱ་  
 ལས་འོད་འཕྱོས་སངས་རྒྱས་སོ་ལྷ་སྤྱོད་དངས་བར་མོས་པའམ། ཡང་ན་སྤྱ་མའི་  
 ཕྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སུམ་ཅུ་སོ་ལྷ་འཕྱོས་ནས་སངས་རྒྱས་སོ་ལྷ་སྤྱོད་དངས་པར་  
 མོས་དགོས། ཡང་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱས་པ་ལ་བསོད་ནམས་ཆེན་པོ་ཡོང་ཏེ། དགོ་བ་  
 བྱེད་པ་པོ་དེ་དང་བསོད་ནམས་མཉམ་པ་ཐོབ་པ་ནི་བཀའ་གདམས་གོང་མས།  
 རང་གིས་དངོས་སུ་བྱེད་མི་དགོས། གཞན་གྱིས་བྱས་པ་ལ་དགའ་བ་བསྟོན་པས་  
 འགྲིག་པ་འདུག་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་ཡན་ལག་བདུན་པོ་འདིའི་རྩ་བ་ཆེ་ཆུང་ནི།  
 ཕྱག་འཆལ་བ་སེར་སྒྲ་ཅན་གྱིས་ཀྱང་ཡོང་། མཆོད་པ་འབུལ་བ་སེར་སྒྲ་ཅན་གྱིས་མི་  
 ཡོང་། བཤགས་པ་ནི་དེ་ལས་ཀྱང་ཁག་རྗེས་སུ་ཡི་རང་ནི་བྱང་སེམས་མ་གཏོགས་  
 ཉན་རང་གིས་ཀྱང་ཇི་བཞིན་མི་ཡོང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་རྩ་བ་ཆེ་བ་ཡིན།



རྗེས་སུ་ཡི་རང་གི་འགལ་ཟླ་ཕྱག་དྲི་འདི་ལ་མ་ཟེན་ཉེས་པ་ཆེ་སྟེ། སྤར་དགེ་  
 བཤེས་གཉིས་ཕྱག་དྲི་བྱེད་ཅིང་ཡོད་པས། དགེ་བཤེས་གཅིག་ལ་ནག་ཁག་བྱུང་བ་  
 ཅིག་ཤོས་གོ་བ་ན། དགེ་བཤེས་དེས་ཉེ་གནས་ལ་དེ་རིང་ངེད་གཉིས་ཇ་གསར་  
 བསྐོལ་དང་གསར་བསྐོལ་མི་འདྲ་བ་གཅིག་བཟོས། ངས་ཁྱོད་ལ་གཏམ་སྟན་པོ་ཞིག་  
 བཤད་རྒྱ་ཡོད་བྱས་པར། ཉེ་གནས་ཀྱིས་ཇ་བྲངས་པས། ཁྱོད་རང་དེར་སྟོད་ངས་  
 ཀྱིས། ངའི་འགྲན་ཟུར་གྱི་བའི་དགེ་བཤེས་དེ་ལ་ནག་མོ་ཡོད་པ་རེད་ཟེར་ལོ་བྱས་  
 པས་གཏམ་དེ་རིམ་གྱི་གྱར་ནས། དགེ་བཤེས་མཁན་པོ་སྤང་གནས་གྲགས་རྒྱལ་བྱ་  
 བའི་སྦྱིས་བྱ་དམ་པ་དེས་གསན་པ་ན། ཁོང་གིས་དགེ་བཤེས་ནག་མོ་ཡོད་པ་ལས་  
 ཀྱང་དེ་ལ་དགའ་བ་སྟོམ་མཁན་དེ་སྟུག་པ་འདུག་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྗེས་སུ་  
 ཡི་རང་འདི་ལ་ཕན་ཡོན་ཡོད་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱིས་སངས་རྒྱས་འཁོར་  
 བཅས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་བྱས་སྐབས། དབུལ་པོ་དེས་པ་ཟེར་  
 པའི་སྤང་པོ་ཞིག་གིས། འདི་འདྲ་བའི་སངས་རྒྱས་འཁོར་བཅས་ལ་བསྟེན་བཀྱར་  
 བྱེད་དུ་ཡོད་པའི་རྒྱལ་པོ་བསོད་ནམས་ཅན་འདི་འདྲ་ཡོང་བ་ཡང་སྟམ་དུ་ཡི་རང་ཁོ་  
 བྱེད་ཅིང་བསྟན་པས། དེ་ཉེན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་སྦྱང་མཛད་སྐབས་རྒྱལ་པོ་ལ་  
 མ་མཛད་པར་དབུལ་པོ་དེས་བའི་དགེ་བ་བསྟོར་བར་མཛད་པས་ཉན་ཐོས་ནམས་ཀྱིས་  
 སངས་རྒྱས་ལ། རྒྱལ་པོས་བསྟེན་བཀྱར་བྱས་ནས། དབུལ་པོའི་དགེ་བ་བསྟོར་བར་  
 མཛད་པ་ཅི་ལགས་བྱས་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱི། དེ་རིང་དགེ་ཅ་ཐམས་ཅད་ཁོས་  
 ཐོབ་སོང་གསུངས། ཡང་ལམ་འདི་ལ་མོས་པའི་རྒྱ་ནི། མངོན་རྟོགས་རྒྱལ་ལས།  
 སངས་རྒྱས་བསྟེན་དང་སྦྱོར་སྟགས་དང་། ། ཐབས་ལ་མཁས་པ་གང་ཡིན་པ། །  
 འདི་ལ་མོས་པ་རྒྱ་དག་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་དང་འདྲ་བའི་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པ། སྦྱོར་སྟགས་ཕར་ཕྱིན་དུག་ལ་སྟོབ་པ། ཐབས་ལ་  
 མཁས་པ་གསུམ་ཡིན། ཆོས་ཀྱི་འཕོངས་པའི་རྒྱ་ཡང་དེ་ཉིད་ལས། ཆོས་ཀྱི་



འཕོངས་པའི་རྒྱ་དག་ནི། ། ཞེས་སྐགས་རྒྱུ་པ་ལྟ་བུ་སངས་བྱུངས་ཟིན་པ་ལྟར།  
 བདུད་ཀྱིས་བྱིན་ཀྱིས་བསྐྱབས་པ། ཟབ་མོའི་ཆོས་ལ་མི་མོས་པ། ཡུང་པོ་ལ་མངོན་  
 པར་ཞེན་པ་སྟེ་མཆོན་མར་འཛིན་པ། རྟེན་གྲུགས་ཀྱིས་ཟིན་པ་དང་བཞི་ཡིན།  
 ཡང་ཀྱུན་དགའ་བོ་བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱི་ཞབས་འབྲིང་དུ་བསྐྱོས་པ་ན། ཀྱུན་དགའ་  
 བོས། བཙུག་ལྟར་འདས་ཀྱི་གསེལ་ལྟག་མི་གནང་བ་དང་། ན་བཟའ་རྟིང་པ་མི་  
 གནང་བ་དང་། སྤུས་ཉག་པར་སྐྱེ་མཁུན་དུ་བྱིན་ཆོག་པ་གསུམ་དགོས་ལྟས་པ་འདི་  
 རང་ཅག་རྗེས་འཇུག་ལ་དགོངས་པ་ཡིན། ཡང་བསྟོན་བའི་སྐབས། གང་དུ་བསྟོན་བ།  
 གང་གི་ཆེད་དུ་བསྟོན་བ། གང་གི་དོན་དུ་བསྟོན་བ། སྟོན་གང་གིས་བསྟོན་བ། གང་བསྟོན་  
 བ། ཚུལ་ཇི་ལྟར་བསྟོན་བ་དང་རྒྱལ། དང་པོ་གང་དུ་བསྟོན་བ་ནི་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 དུ་བསྟོན་བ་ཡིན། གང་གི་ཆེད་དུ་བསྟོན་བ་སེམས་ཅན་གྱི་ཆེད་དུ་བསྟོན། གང་གི་དོན་  
 དུ་བསྟོན་བ་དགེ་ཆ་མི་ཟད་པའི་དོན་དུ་བསྟོན་བ་ཡིན། སྟོན་གང་གིས་བསྟོན་བ། ཐབས་  
 དང་མི་དམིགས་པ་དག་གི་ ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐབས་ཤེས་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་སྟོས་  
 བསྟོན་དགོས། གང་བསྟོན་ན་དུས་གསུམ་དུ་བསགས་པའི་དགེ་ཆ་ཐམས་ཅད་བསྟོན་  
 དགོས། ཚུལ་ཇི་ལྟར་བསྟོན་བ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོན་མེད་རྟོགས་  
 བྱང་དུ་བསྟོན་བ་ཡིན། ཡང་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགེ་ཆ་སྟོན་དང་། སངས་རྒྱུས་  
 ཀྱི་མཛད་པ་ཚུན་ཆད་སྟོགས་གཅིག་དུ་བསྟོན་མས་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྟོན། དེའི་  
 དགོ་བ་བསྟོན་བར་གསེར་འབྲེང་ལས་གསུངས་ཤིང་། བསྟོན་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་  
 སྟོན་མེད་རྟོགས་བྱང་དུ་བསྟོན་བ་ཡིན། ཡང་རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དགེ་ཆ་སྟོན་དང་།  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཛད་པ་ཚུན་ཆད་སྟོགས་གཅིག་དུ་བསྟོན་མས་ནས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་སྟོན།  
 དེའི་དགོ་བ་བསྟོན་བར་གསེར་འབྲེང་ལས་གསུངས་ཤིང་། བསྟོན་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 རང་ནས་དམ་ཆོས་འཛིན་པར་བསྟོན་བ། རྟོགས་བྱང་དུ་བསྟོན་བ། སྟོན་མས་རྗེས་སུ་  
 འཛིན་པར་བསྟོན་བ་གསུམ་པོ་གང་རིགས་ཞིག་བྱང་ན་དོན་འདུས་ཆེ་ཤོས་ཡིན། རྒྱ་



མཚན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡེར་བའི་ཞང་བཅུན་གྱིས་དགེ་བ་ཅི་མཛད་ཐམས་ཅད་གྱི་  
 མཐུག་དུ། དགེ་བ་འདིའི་མཐུ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱོར་བ་ནས་ཆེ་རབས་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་གྱུར་ཅིག་ཅེས་སྒྲོན་  
 ལམ་རེ་ངེས་པར་མཛད་པ་ཡིན་འདུག ཡང་ཕྱག་གིས་ང་རྒྱལ་གྱི་གཉེན་པོ།  
 མཚན་པས་སེར་སྒྲའི་གཉེན་པོ། བཤགས་པས་དུག་གསུམ་ཀའི་གཉེན་པོ། རྗེས་  
 སུ་ཡི་རང་གིས་ཕྱག་དོག་གི་གཉེན་པོ། ཆོས་འཁོར་བསྐྱར་བར་བསྐྱལ་བས་ཆོས་  
 སྤྱང་གི་ལས་གྱི་གཉེན་པོ། བྱ་ངན་ལས་མི་འདའ་བར་གསོལ་བ་འདེབས་པས་སྤྲོ་མ་  
 ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་པའི་གཉེན་པོ། བསྐྱོར་བས་ལོག་སྒྲའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པར་གསུངས་  
 པ་ནི་གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བཏང་བ་ཡིན། མཆོལ་གྱི་སྐབས། དགེ་སྤྱང་མ་དཔལ་  
 མོས་ཀྱང་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སྐྱབས་ནས་ཞལ་མ་གཟིགས་པར་མཆོལ་ཕུལ་ཏེ་གསོལ་བ་  
 བཏབ་པས་ཞལ་གཟིགས་པ་ཡིན། དགོན་པ་བས་དུས་རྒྱུན་མཆོལ་འབུལ་གིན་ཡོད་  
 ཀྱང་། སྐབས་ཤིག་དུ་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་ཞག་བདུན་མཉམ་པར་བཞག་པས་འབྲོམ་  
 གྱིས་མཐུན་ནས། ཁྱོད་ལས་སྤྱག་པ་ཇོ་བོ་ཅམ་ཡིན་ཏེ་མཆོལ་དུས་དུག་རེ་མཆགས་  
 པར་འབུལ་བ་ཡིན་ཞེས་བཀའ་བཏུན། དེ་ནས་མཆོལ་ལ་བཙོན་པར་མཛད་པས་  
 བཅའི་མཆོལ་མཆོལ་འབུལ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་རྩལ་ཕྱ་  
 རབ་གྱི་གངས་དང་མཉམ་པ་བྲལ་མེ་མཐོང་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་  
 ཀྱང་འོལ་ཁ་ཆོས་ལྷུང་དུ་དོན་མཆོལ་ཞིག་ཕྱག་ངར་དོལ་ནས་རུས་པ་ལ་ཕྱག་ཕྱག་གི་  
 བར་དུ་མཆོལ་འབུལ་བར་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་མཆོལ་གྱི་གསུང་བཤད་གྱི་  
 སྐབས་འདིར། འཇིག་རྟེན་ཆགས་འཇིག་གི་གསུང་བཤད་དང་ཐུགས་ནས་མཆོལ་  
 འབུལ་ཚུལ་གསུངས་ཀྱང་། ད་ལམ་འདིར་འཇིག་རྟེན་ཆགས་འཇིག་གི་ཚུལ་སྒྲོན་ལ་  
 འབྲི་བ་ལ། དང་པོ་འཇིག་རྟེན་མེ་འཇིག་སྐབས་བསམ་གཏན་དང་པོ་མན་ཆད་  
 འཇིག་འགྲོ་ དེ་ཡང་བསམ་གཏན་དང་པོ་མེས་འཇིག་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། དེར་



ཉིན་དཔྱད་མེ་ལྷ་བུའི་སྒྲིན་དང་བཅས་པའི་གནད་གྲིས་ཡིན། རྒྱ་འཇིག་སྐབས་  
 བསམ་གཏན་གཉིས་པ་འཇིག་ཏེ། དེ་ནི་དེར་དགའ་བདེ་རྒྱ་ལྷ་བུའི་སྒྲིན་དང་  
 བཅས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྲིས་ཡིན། བསམ་གཏན་གསུམ་པར་དབྱུགས་རྩལ་གྱི་སྒྲིན་  
 དང་བཅས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྲིས་རྒྱང་འཇིག་སྐབས་འཇིག་འགྲོ། བསམ་གཏན་བཞི་  
 པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་འཇིག་པ་ནི། མཛོད་ལས། སྒྲིན་བརྒྱད་ལས་ནི་གྲོལ་བའི་  
 ཕྱིར། །བཞི་པ་གཡོ་བ་མེད་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། འཇིག་ཉེན་  
 ཆགས་པའི་ཐོག་མར་རྒྱང་དཀྱིལ་ཆགས། དེ་ནས་ཆར་བབས་ནས་རྒྱ་དཀྱིལ་ཆགས།  
 དེ་ནས་རི་རྒྱལ་དང་སྤྱིང་བཞི་སྤྱིང་ཕྱན་སྟགས་རིམ་གྲིས་ཆགས་པ་ཡིན། བྱེ་བ་ཕྱག་  
 བརྒྱའི་དོན་ནི་རི་རབ་སྤྱིང་བཞི་ཕྱན་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆར་བ་རེ་རེ་ནས་ཕྱིས་པའི་ཆ་  
 ཆར་བ་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་མཉམ་གྱི་སྤྱིང་དུ་ཡོད་པར་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། རི་རྒྱལ་གྱི་  
 ཟུར་བཞིར་ལྷོག་རེ་ལ་གཞོད་སྒྲིན་ལག་ན་དོ་རྩེ་གནས་པ་དབྱུགས་སུ་ལྷའི་གོང་བྱིར་ལྷ་  
 བ་སྒྲིག་དུ་ལྷའི་དབང་པོ་བརྒྱབ་ལ་ཉེ་དབང་སྟོག་ཉིས་དང་བཅས་པས་བསྐྱོར་ནས་  
 སྤྱིང་སའི་གནས་སུ་མ་ཅུ་ཆ་གསུམ། དེའི་སྤྱིང་གི་ནམ་མཁའ་འཐབ་བྲལ། དེ་ནས་  
 དགའ་ལྷན། འཕྱུལ་དགའ། གཞན་འཕྱུལ་དབང་བྱེད་ཏེ་འདོད་ལྷ་རིགས་རྒྱག་  
 ཏེང་ནས་སྤྱིང་དུ་གནས་པ། དེ་ནས་ཀྱང་སྤྱིང་དུ་ཆངས་པ། ཆངས་པ་འདུན་ན་  
 འདོན་ཆངས་ཆེན་ཏེ་མཉམ་ལ་དེ་ཅམ་ཡིན། དེ་ཐམས་ཅད་མཉམ་ལ་འབྱུལ་སྐབས་  
 གསལ་འདེབས་དགོས། དེ་ཡང་བར་སྤང་ལ་ཡོད་པ་རྣམས་མར་ཟགས་དོགས་པ་ལྷ་  
 བུའི་སྒྲོར་མི་བདེ་བ་བྱུང་ན་སྒྲིན་མེད་དེ། རྩོ་བ་སྤྱིང་པ་ཁ་གྱེན་དུ་བསྐྱོན་ནས་  
 བཏགས་པ་ལྷ་བུ་ཡིན། འོན་ཀྱང་འདོགས་ཐག་ནི་མི་དགོས་ཏེ། སེམས་ཅན་དེ་  
 རྣམས་ཀྱི་ལས་དེ་འདོགས་ཐག་ལྷ་བུ་ཡིན། རི་རབ་ཀྱི་བང་རིམ་བཞིར་རིམ་པ་  
 བཞིན་གཞོད་སྒྲིན་ལག་ན་གཞོང་ཐོགས། ལག་ན་འཕྱོང་ཐོགས། ཉག་ཐུས།  
 རྒྱལ་ཆེན་རིགས་བཞི་པ་རྣམས་གནས། འོག་དུ་ལྷ་མིན་ཐག་བཟང་རིས་སྟགས་



གནས། དེ་རབ་ཀྱི་མཐའ་ལ་རོལ་མཆོ་བདུན་དང་གསེར་རི་བདུན། དེ་ཡང་རོལ་  
 མཆོ་རེ་རེའི་མཐའ་གསེར་རི་རེ་རེས་མཐའ་སྐྱོར་དུ་འཁོར་མར་འཁོར་ནས་གཞིང་པ་  
 ལྟ་བུར་ཡོད། གསེར་རི་བདུན་ནི། གཉའ་ཤིང་འཛིན། གཤོལ་མདའ་འཛིན།  
 སིང་ལྗེང་ཅན། ལྟ་ན་སྤྱག་རི། ཏ་སྒྲ། རྣམ་འདུད། ལུ་ལྷན་འཛིན་རི་རྣམས་  
 ཡིན་ཞིང་། དེའི་དང་པོ་རི་རྒྱལ་རྒྱ་མཆམས་ནས་ཡར་ཐོན་པའི་ཕྱིད་དུ་སླེབས་པ།  
 ལྟག་མ་རྣམས་ནང་མ་ནང་མའི་ཕྱིད་དུ་སླེབ་པ། མཆུལ་འབུལ་བ་པོ་རང་གི་མདུན་  
 རས་ཅིས་པའི་སྟོགས་བཞིར་རིམ་པ་བཞིན། ཤར་ལུས་འཕགས་པོ་ལྷ་གམ་གྱི་  
 དབྱིབས། ལྟོ་འཇམ་གླིང་སོག་ཁ། རུབ་བ་ལང་སྟོད་རྒྱུ་པོ་སྟེ་སྐྱོར་སྐྱོར། བྱང་སྒྲ་  
 མི་སྟན་གྱུ་བཞི། གཡས་གཡོན་སོ་སོར་གླིང་ཕན་གཉིས་གཉིས་དབྱིབས་གླིང་སོ་སོ་  
 དང་མཆུངས་པ། གླིང་བཞི་སོ་སོའི་དབུས་སུ་རིམ་བཞིན་གླིང་རང་རང་གི་ལོངས་  
 སྟོད་གྱི་གཙོ་པོ་རིན་པོ་ཆའི་རི་པོ། དཔག་བསམ་གྱི་ཤིང་། འདྲོད་འཛོའི་བ། མ་  
 རྩས་པའི་ལོ་ཏྲོག་དང་བཞི། ཡང་ཤར་ནས་སྟོགས་བཞིར་རིམ་གྱིས་འཁོར་ལོ་ནོར་  
 བྱ་བཅུན་མོ་སྟོན་པོ་བཞི། ཤར་སྟོན་ནས་མཆམས་བཞིར་རིམ་གྱིས་གླང་པོ། ཏ་  
 མཆོག་དམག་དཔོན། གཏེར་ཆེན་པོའི་བུ་པ་བཞི་ག་ཡང་སྟོགས་བཞིར་སྟེག་མོ།  
 འཕྲེང་བ་མ། ལྷ་མ། གར་མ་བཞི། མཆམས་བཞིར། མེ་ཏྲོག་མ། བདུག་སྟོས་  
 མ། ལྷང་གསལ་མ། རྩ་ཆབ་མ་བཞི་སྟེ་སྟེག་སོགས་ལྟ་མོ་བརྒྱད། ཤར་དུ་ཉི་མ།  
 རུབ་དུ་ལྷ་བ། ལྟོར་རིན་པོ་ཆའི་གདུགས། བྱང་དུ་སྟོགས་ལས་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་  
 རྒྱལ་མཆོན་རྣམས་དང་མཐའ་སྐྱོར་དུ་ལྷགས་རི་ནག་པོ་ཆངས་པའི་འཛིག་ཉེན་དུ་  
 བསྟེགས་པ་འདྲ་བ་རྣམས་ཆོམ་བུར་འགོད་པ་དང་བསྟུན་ནས་གསལ་འདེབས་ཤིང་།  
 དེ་ཡང་དེ་འདྲ་བ་གཅིག་ཅུ་མ་ཡིན་པར་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་ཡོད་པ། དེ་དག་ཀྱང་གང་  
 བྱང་བྱང་དུ་སྤྱངས་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་སོ་སོའི་མཐའ་ལྷགས་རི་རེ་རེས་བསྐྱོར་ནས་གོ་  
 རིམ་བཞིན་དུ་ཡོད་པར་གསལ་བཏབ་སྟེ་འབུལ་ཞིང་། དེའི་ཆུལ་ཡང་མཆུལ་གྱི་



གཞི་མ་དེ་ཉིད་དབང་ཆེན་གསེར་གྱི་ས་གཞིར་གྱུར་པར་བསམས་ལ་དེའི་སྟེང་དུ་དེ་  
 དག་འགོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རེ་རེ་ནས་ཚིས་ན་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་དང་སྟོམ་ནས་ཚིས་ན་  
 སྟོང་གསུམ་ཡིན་སྟོང་གསུམ་ཚི་ཚུལ་ནི། རི་རྒལ་གླིང་བཞི་གླིང་ཕན་ལྷགས་རི་དང་  
 བཅས་པ་རེ་རེ་ཚིས་གཞིར་བྱས་ནས་ཚིས་པའི་སྟེང་ཕྱག་གཅིག་ལ་སྟེང་དང་པོ།  
 སྟེང་ཕྱག་དེ་གཅིག་དུ་བྱས་ནས་ཚིས་པའི་སྟེང་ཕྱག་ལ་སྟེང་གཉིས་པ། སྟེང་གཉིས་  
 པ་དེ་གཅིག་དུ་བྱས་ནས་ཚིས་པའི་སྟེང་ཕྱག་ལ་སྟེང་གསུམ་གྱི་སྟེང་ཆེན་པོའི་འཇིག་  
 ཉེན་གྱི་ཁམས་ཟེར་ཞིང་། དེ་ལ་རེ་རེ་ནས་ཚིས་ན་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་ཡོད། ཞིང་  
 ཁམས་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱ་པོ་དེ་ཡང་མཛོད་ལས། མཉམ་དུ་འཇིག་ཅིང་འབྱུང་བ་  
 ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དུས་མཉམ་དུ་གྲུབ་པར་མས་དགོས། མཆོལ་  
 གྲངས་གསོག་བྱེད་ན་རྒྱས་པ་རེ་ཕུལ་ལ། དེ་ནས་ས་གཞི་སྟོས་བྱུགས་མ་གྲངས་  
 གསོག་བར་བར་དུ་རྒྱས་པ་རེ་ཡང་འབུལ། སྤར་ནས་རང་དང་མཐའ་སྒྲིལ་གྱི་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ལུས་རྒྱལ་སྤར་བ་དང་མཉམ་པར་སྤུལ་ནས་ཡོད་པ་རྣམས་  
 མཆོལ་ལ་འབུལ་བའི་ཆེ་ཆངས་པ་གདོང་བཞི་པར་གྱུར་པའི་མས་པ་བྱ་དགོས་ཤིང་  
 མཆོལ་ཀྱང་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྟའི་གྲངས་དང་མཉམ་པ་མས་ནས་ཆོགས་ཞིང་གི་ལྟ་རེ་  
 ལ་མཆོལ་རེ་རེ་ཕུལ་བས་དགེས་བཞིན་དུ་བཞེས་པར་བསམ། མཆོལ་དུ་བཀོད་པའི་  
 ཞིང་ཁམས་དེ་ཐམས་ཅད་དག་པའི་ཞིང་དང་། དེའི་ནང་གི་བཅུད་ཀྱིས་སེམས་  
 ཅན་ཐམས་ཅད་ལྟ་དང་ལྟ་མོའི་ངོ་བོར་མས་ནས་ཕུལ་ན་ཉེན་འབྱེལ་གྱི་གནད་ཁྱད་  
 པར་ཅན་ཡོད། དེ་ནས་དཔེར་ན། དཔོན་པོ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་སྤར་འགོ་མ་མྱོང་བ་  
 ཞིག་གིས་དཔོན་པོ་དེའི་མདུན་དུ་ཁྱད་ན་རྒྱག་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན། དེའི་མདུན་དུ་ཕྱིན་  
 གྲུབས། ཁྱོད་གང་ཡིན་ཟེར་བྱུང་དུས་དེུལ་དང་ཁ་བཏགས་སོགས་ཕུལ་ནས་ཁྱ་  
 དོན་གང་ཡིན་པ་དེ་ཁྱ་བ་དེ་བཞིན་དུ། རང་རེ་སྤར་སྤྲོ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་རྒྱབ་  
 བསྟན་བསྟན་པ་ཞིག་གིས་ད་རེས་ཅུང་ཟད་དད་པའི་སྤངས་ཀ་བྱས་པ་ན། སྤྲོ་མ་



དགོན་མཆོག་གི་བྱགས་ལ་འདི་དག་འཇོ་ཡོང་ངམ་སྒྲམ་པ་དགོངས་དུས་ཁྱ་རྟེན་དུ་  
 མཆོལ་ཕུལ་ནས་ཁྱ་དོན་བྱུང་པར་ཅན་དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསལ་འདེབས་པ་ཡིན།  
 ཡང་སྦྱོད་འབྲུག་ལས། ས་གཞི་བསྟར་བ་སྦྱོས་གྱི་བྱགས་པ་དེར། ། མེ་ཉོག་ཡིད་  
 འོང་སེལ་མ་ཀྱན་དུ་བཀྲམ། ། གཞལ་མེད་པོ་བྱང་བསྟོད་དབྱངས་ཡིད་འོང་  
 ལྷན། ། ལུ་ཉིག་རིན་ཆེན་རྒྱུ་འཕྲུང་མཛེས་འབར་བ། ། དཔག་ཡས་ནམ་མཁའི་  
 རྒྱན་ལྷུང་དེ་དག་ཀྱང་། ། བྱགས་ཇེའི་རང་བཞིན་ཅན་ལ་དབུལ་བར་བཀྱི། ། ཞེས་  
 མཆོལ་ལ་གཞལ་མེད་ཁང་གི་རྣམ་པར་འབུལ་བར་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་འཇམ་དཔལ་  
 ཞལ་ལྷུང་ཉམས་སུ་ལེན་མཁན་གྱིས་མཛད་ན་འབྲེལ་ཆགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་  
 རྒྱལ་གྱིས་ཞིང་བྱུང་པར་ཅན་ལ་བསོད་ནམས་གསོག་པ་གནད་དམ་པ་ཡིན་ཏེ།  
 ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ཉན་ན་ཆོག་མི་ཟིན། བསམ་ན་དོན་མི་གོ། བསྟོམ་ན་  
 རྒྱུད་ལ་མི་སྦྱོ་བའི་སྦྱོའི་མཐུ་ཤིན་དུ་རྒྱུང་བའི་དུས་འདིར་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་པ་  
 མན་ངག་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། ། །



## ཉིན་བཅུ་པ།

སློབ་སྦྱངས་ལས། ཇི་ལྟར་གྲུང་པོ་ཁྱོད་ཟབ་ཁ་ནས་འབྲུངས་པ་ཡི། ལྷ་ལོ་  
ཁམ་འགའ་ལ་ནི་ཡིད་ནི་ཆགས་གུར་ནས། རྟེན་པ་གྲུབ་པ་མེད་པར་གཡང་དུ་ལྷུང་  
བ་ལྟར། འཆོ་བའི་འཇིག་རྟེན་བདེ་ལྡན་འདོད་པ་འང་དེ་དང་འདྲ། ། གསུངས་  
པའི་ཆོག་འགྲེལ་གནང་ནས། སློབ་དཔོན་ལྷ་རྩ་དེ་མས། སལ་མོ་ཆེར་ན་མི་རྒྱམས་  
ནི། ། དམ་པ་མ་ཡིན་སྟོགས་ཡོངས་འཛིན། ། དེས་ན་སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་རྒྱམས། །  
སལ་ཆེར་ངེས་པར་ངན་འགྱོར་འགྱོ། ། ཞེས་སློབ་དཔོན་སྐྱ་སྐྱབ་ཡབ་སྲས་བཞུགས་  
པའི་དུས་བབང་པོ་དེའི་དུས་སྟུ་ཡང་། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་སལ་ཆེར་དམ་པ་མ་ཡིན་པའི་  
སྟོགས་མི་དགེ་བཅུ་ལ་སྦྱོད་པ་མང་བས་ངན་སོང་དུ་འགྱོ་བར་གསུངས་ན། དུས་  
ངན་དང་སང་ལྟ་བུ་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོས་གསུངས། ཡང་མཆོལ་འདིའི་བཙུན་པར་མཛད་  
ན་རིགས་གནས་སོགས་ཀྱང་མཐུན་པར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཇོ་བོ་ལྷ་སྟོགས་དང་  
ཚོད་པ་མཛད་པའི་ཆོ། ལྷ་སྟོགས་ཀྱིས་སྒྲུབ་དཀའ་གནད་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བ་ཞིག་དྲིས་པ་  
ཇོ་བོས་མ་དགོངས་པ་ན། ཆབ་བཞེས་ཏེ་ཆབ་སང་ལ་འབྱོན་ཁུལ་མཛད་ནས་ནང་  
དུ་བྱོན། ཇོ་བོ་རང་གི་ཐུགས་དམ་རྟེན་དུ་གྱུར་བ་ཇོ་མོ་སྟོལ་མ་ལ་མཆོལ་ཕུལ་ནས་  
གསོལ་བ་དྲག་ཏུ་བཏབ་པས། སྒྲུབ་དཀའ་གནད་དེ་ཐུགས་ལ་ཕལ་གྱིས་ཤར་ནས་  
ལྷ་སྟོགས་པ་ལ་ལན་མཛད་པ་ན་ཇོ་བོ་རྒྱལ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཏྲན་པ་རྒྱས་པར་  
གྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་མོས་གུས་རྒྱལ་པར་དག་པ་བྱུང་ན་དེས་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་  
བར་ངེས་ཏེ། ལྷོག་ཅོག་པས། སྒྲོམ་སྒྲན་གྱིས་གྲོལ་བར་ཐེ་ཆོམ་བ། ། མོས་གུས་  
གྱིས་གྲོལ་བར་ཐེ་ཆོམ་མེད། ། སེམས་མོས་གུས་འདི་ལ་ནན་ཏན་མཛོད། ། ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། དོན་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱི་སྐབས་སྟུ།



ལམ་རིམ་རྒྱུད་བ་འདིར། བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་སྟགས་ཞེས་བསྟུས་ནས་  
གསུངས་ཀྱང་། རང་གི་འདོན་སྐབས་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར།  
བཤེས་གཉེན་ལ་མ་གྲུས་པ་ནས་བཟུང་བདག་གཉིས་སྤྱམ་ཆུང་མར་འཛིན་པའི་བར་  
གྱི་ཕྱིན་ཅི་ལོག་གི་སྟོན་མཐའ་དག་ཟུར་དུ་རྒྱུད་ལ་འགག་པར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་  
གསོལ། བཤེས་གཉེན་ལ་གྲུས་པ་ནས་བཟུང་བདག་མེད་པའི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་མངོན་  
སྤྱམ་དུ་རྟོགས་པའི་བར་གྱི་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་སྟོན་མཐའ་དག་ཟུར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྟེ་  
བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། རྒྱུན་ཕྱིན་ནང་གི་བར་ཆད་ཐམས་ཅད་ཉེ་བར་ཞི་  
བར་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་དུ་གསོལ། ཞེས་དོན་དུ་བཞིན་དུ་བཏོན་ནས་གདུང་ཤུགས་  
དྲག་པོ་གསོལ་བ་འདེབས། འདིའི་བདག་གཉིས་སྤྱམ་ཆུང་མར་འཛིན་པ་ནི་གང་  
ཟག་གི་བདག་འཛིན་དང་ཆོས་ཀྱི་བདག་འཛིན་གཉིས་ཡིན། གསོལ་འདེབས་  
འདིའི་ནང་དུ་མ་འདུས་པའི་ཆོགས་ཞིང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་རྒྱ་ཅང་མེད། འདི་  
བདེན་བཞིའི་གསོལ་འདེབས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། དང་པོས་སྟུག་ཀྱན་ཞི་བའི་གསོལ་  
འདེབས་དངོས་སུ་བསྟན་ནས། སྟུག་ཀྱན་འགག་པའི་འགོག་བདེན་གྱི་གསོལ་  
འདེབས་ཤུགས་ལ་བསྟན། གསོལ་འདེབས་བར་པའི་སྐབས་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཡོངས་  
རྫོགས་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ལམ་བདེན་གྱི་གསོལ་འདེབས་ཡིན།  
ཡང་གསོལ་འདེབས་འདི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་གསོལ་འདེབས་ཀྱང་ཡིན་ཏེ། བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ཞི་གནས་ཀྱི་བར་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཀྱན་  
རྫོབ་བདེན་པའི་གསོལ་འདེབས་དང་། ལྷག་མཐོང་རྒྱུད་ལ་སྟེ་བར་གསོལ་བ་བཏབ་  
པས་དོན་དམ་བདེན་པའི་གསོལ་འདེབས་སུ་འགྲོ་སྟེ། བདེན་གཉིས་ཞེས་པ་ཐབས་  
དང་། དེ་ལས་བྱུང་བའི་ཐབས་བྱུང་གཉིས་ལ་གོ་དགོས་སོ། དེ་ཡང་འཇུག་པ་ལས།  
ཐ་སྙད་བདེན་པ་ཐབས་སུ་ཟུར་བ་དང་། དོན་དམ་བདེན་པ་ཐབས་བྱུང་ཟུར་བ་  
སྟེ། ། དེ་གཉིས་རྣམ་དབྱེ་གང་གིས་མི་ཤེས་པ། ། དེ་ནི་རྣམ་རྟོག་ལོག་པའི་ལམ་



ངན་ཁྱུ་གསལ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གོ་དགོས། གསེལ་འདེབས་གསུམ་པས་ནི།  
 ལམ་དེ་དག་རྒྱད་ལ་སྦྱེ་བའི་བར་ཆད་ནད་གདོན་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཞི་བར་  
 གསེལ་བ་འདེབས་པ་ཡིན། ཡང་དད་པ་ཡག་པོ་བསྦྱིན་ན་གསེལ་བ་འདེབས་པ་  
 ཡང་དེ་ལ་ཡིན་ཏེ། མདོ་རྒྱ་ཆེར་རྩོམ་པ་ལས། ཀྱན་དགའ་བོ་དད་པ་ལ་སྦྱོར་བར་  
 བྱ་སྟེ། འདི་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་གསེལ་བ་འདེབས་པ་འོ། ཞེས་གསུངས་  
 པས་སོགས་ཀྱང་སྟེ། ཡང་རྒྱད་སྟོན་པ་ལ་སྟོན་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། སྟོན་སྟོན་པ་དང་  
 ཡོན་ཏན་སྟོན་པ་འོ། དང་པོ་སྟོན་སྟོན་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་ནག་སྟོན་པ་དང་འབྲ་སྟེ།  
 ནག་སྟོན་པ་ན་སྤྱག་སྤྱག་བྱེད་མི་དགོས་པ་འཕྲ། ཡང་ན་སྤྱག་ཅམ་བྱེད་པ་འོ། དེ་  
 མིན་ཆེ་དྲག་ཅམ་བྱས་པས་རྩོམ་བར་འགྱུར་ལ། དེས་ནད་དེ་དྲག་འགྲོ། ནག་མ་  
 སྟོན་ན་བྱག་གཟེར་དྲག་པོ་སྦྱང་དགོས་པ་དེ་བཞིན་དུ། ད་ལྟར་རང་ཅག་ནམས་  
 སྟོན་མ་སྟོན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེར་བ་དྲག་པོས་མནར་བ་ཡིན་ལ། སྟོན་སྟོན་ན་  
 རྟེན་རྒྱུད་དུ་ཀྱང་སྟོན་དེ་གཏོལ་རུང་ངམ་འབྱུང་རུང་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། ཡོན་ཏན་  
 སྟོན་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན། བང་བའི་ནང་དུ་ས་བོན་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ཡོད་པ་ཅམ་  
 གྱིས་ལྷ་གྲ་སྦྱེ་བ་སོགས་ཀྱི་དོན་བྱེད་མི་རུས་ལ། ས་བོན་དེ་ཞིང་ཁར་བཏབ་ནས་སྟོན་  
 པ་ན་ལྷ་གྲ་སྦྱོ་སིང་ངེ་སྦྱེ་བ་དེ་བཞིན་དུ། རང་ཅག་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ཡོད་མདོག་བྱས་  
 ཀྱང་རྒྱད་ལ་མ་སྟོན་ན་ཡོད་ཅེས་བྱ་བ་ཅམ་ལས། རྟོགས་པའི་ལྷ་གྲ་སྦྱེ་བར་ཕན་མི་  
 ཐོགས་ལ། རྒྱད་ལ་སྟོན་ན་རང་གཞན་གྱི་དོན་འབྱུང་བའི་ལྷ་གྲ་སྦྱོ་སིང་ངེ་སྦྱེ་བ་ཡིན།  
 ཡང་ཤིང་ཐོག་མ་སྟོན་ན་དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་སོགས་ཇི་ལྟར་ལེགས་ན་ཡང་ཟ་མི་  
 རུང་ལ་སྟོན་ཆེ་ཟས་ཆོག་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཡོན་ཏན་མ་སྟོན་ན། ཟ་རུང་ངམ་སྦྱོད་རུང་  
 དུ་མ་གྱུར་ཅིང་སྟོན་པ་ན་ལོངས་སྦྱོད་རུང་དུ་གྱུར་པ་ཡིན། དེ་ནས་རྒྱས་པར་བྱེད་ན་  
 མཆོམས་འདིར་བདེ་ལམ་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར། འདྲེན་པ་མཉམ་མེད་དང་། སྦྱ་བ་  
 རླེམ་དགཉིས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་གསེལ་འདེབས་ལམ་མཆོག་སྒྲོ་འབྱེད་དང་ཡོན་ཏན་གཞི་



གྱུར་མའི་སྒྲོགས་བྱིན་བརྒྱབས་སྤངས་ཞུས་ཀྱི་དམིགས་རྣམས་སྦྱང་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི།  
 དཔལ་ལྷན་ཙ་བའི་སྤྲུལ་མ་རིན་པོ་ཆེ། ། བདག་གི་སྤྱི་བོར་པད་ལྷའི་གདན་བཞུགས་  
 ལ། ། བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོའི་སྒྲོགས་རྗེས་བབྱང་སྟེ། ། སྤྱི་གསུང་བྱགས་ཀྱི་དངོས་  
 གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ། ཞེས་སོགས་དལ་བྱས་བཏོན་ནས། ཆོགས་ཞིང་རྣམས་སྤར་  
 རྣམས་ལ་བཏབ་ཡོད་པ་ལྟར་གསལ་བར་སྒྲོམ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ཆོག་སྤྱི་མ་འདི་  
 ཆར་གཉིས་བརྗོད་པའི་དང་པོའི་སྐབས། ཙ་བའི་སྤྲུལ་མ་དེ་ལས་རང་འདྲ་གཉིས་པ་  
 ཞིག་ཆད་ནས། རང་གི་སྤྱི་གཙུག་དུ་རང་དང་ཁ་ཉུ་སྒྲོགས་མཐུན་པར་བྱག་གཉིས་  
 ཐལ་མོ་སྤྱར་ཏེ། རོ་ཆེན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་པར་མོས་ནས། དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོགས་  
 ཞིང་རྣམས་ལ། ངའི་བྱ་འདིས་ཆོས་བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ཉམས་སྤེལ་པའི་  
 སྤངས་ཀ་བྱེད་ཅིས་འདི་མཐར་ཕྱིན་པ་ཞིག་ཁྱོད་རྣམ་པས་བྱགས་རྗེས་གཟིགས་ཞེས་  
 རོ་ཆེན་མཛད་པ་དང་། སྤྱི་གསུང་བྱགས་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་སྤུལ་དུ་གསོལ། གཉིས་  
 པའི་ཆེ་ཙ་བའི་སྤྲུལ་མ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་གཙོས་པའི་ཆོགས་ཞིང་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་ལས་བདུད་ཅི་  
 རྩ་ལྟའོད་ཟེར་དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བྱང་རང་གཞན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ལུས་  
 སེམས་ལ་ཞུགས་པས་ཆོ་རབས་འཁོར་བ་ཐོག་མེད་ནས་བསགས་པའི་སྤྱི་གྲིབ་  
 ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་བའི་  
 སྦྱོད་ལྷན་དུ་བྱས་སོང་སྟམ་པའི་མོས་པ་བྱ་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་འདྲེན་པ་མཉམ་མེད་  
 མའི་སྐབས། སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ཞེས་པ་དང་  
 པོའི་ཆེ། ཆོགས་ཞིང་སྤྱི་དང་། ཁྱད་པར་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས། རྗེ་བཙུན་  
 བྱམས་མགོན། འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་གསུམ་གྱི་སྤྱི་ལས་བདུད་ཅི་རྩ་ལྟའོད་ཟེར་  
 དང་བཅས་པའི་རྒྱན་བྱང་། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱི་བོ་ནས་ཞུགས་པས་སྤྱི་  
 གྲིབ་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་རྟོགས་པ་སྤྱི་བ་ལ་གཉིས་བྱེད་  
 ཐམས་ཅད་བྱང་ཞིང་དག ལན་གཉིས་པའི་ཆེ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་གསུམ་པ་དེ་



ལས་རང་འདྲ་གཉིས་པ་རེ་ཆད་ནས་རང་ལ་ཐིམ་པས་རྒྱ་ཆེ་བའི་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་  
 ཅན་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམ། དེ་བཞིན་དུ་ཙུ་བའི་སྒྲ་མའི་བར་  
 ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འདྲེ་ཞིང་། སྤྱོད་བ་ལྷ་མེད་མའི་སྐབས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་དང་ཟབ་མའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་གཉིས་བསྐྱར་ཁ་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་གཞན་  
 རིགས་འདྲེ། ཡོན་ཏན་གཞི་གྱུར་མའི་སྐབས་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་ལ་ཆོགས་  
 བཅད་གཅིག་དལ་འབྱོར་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དང་ལས་  
 འབྲས་གཉིས་བསྒྲམས་པར་ཆོགས་བཅད་གཉིས། དེས་འབྱུང་ལ་ཆོགས་བཅད་  
 གཅིག་ལམ་བསྐྱབ་གསུམ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་བྱང་ཚུབ་གྱི་  
 སེམས་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྦྱོད་པ་སྦྱི་བསྐྱབ་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ཞི་ལྷག་  
 གཉིས་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་སྤགས་གྱི་འབྲུག་སྒོ་དབང་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་  
 དམ་ཆོག་དང་སྒྲོམ་པ་སྤང་ཚུལ་ལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་ལམ་རིམ་པ་གཉིས་ལ་  
 ཆོགས་བཅད་གཅིག་ནམས་དང་། མཐུག་དུ་སྦྱེ་བ་ཀྱན་དུ་མའི་བསྐྱོ་སྦྱོན་ཆོགས་  
 བཅད་གཅིག་ནམས་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཉིས་བཅེགས་གྱི་དང་  
 སྤོའི་སྐབས། ཆོགས་ཞིང་ནམས་གྱིས་སྦྱུ་ལས་བདུད་ཅི་སྤྲུལ་འོད་ཟེར་དང་བཅས་  
 པའི་རྒྱན་བྱང་། རང་གཞན་ཐམས་ཅད་གྱི་སྦྱི་བོ་ནས་བབས་ཏེ་ལུས་སེམས་ལ་  
 བྱགས་པས་ལམ་དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་སྦྱེ་བ་ལ་གཤམ་བྱེད་བྱུངས། གཉིས་པའི་  
 སྐབས་དེ་དང་དེའི་རྟོགས་པ་ཁྱད་པར་ཅན་རང་གཞན་གྱི་རྒྱུད་ལ་སྦྱེས་པར་བསམས།  
 འདིའི་ཕྱི་དང་ནང་གི་བར་དུ་གཙུག་པའི་ཆོགས། ཞེས་སྤགས་གྱི་སྐབས་དབེན་ས་  
 སྟན་བརྒྱུད་གྱི་མན་ངག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དམིགས་པའི་གནད་འགག་ཁྱད་པར་  
 ཅན་ཞིག་ཡོད་ཅེས་བརྗོད་ཆོན་ཅམ་ཁུས་ནས། བྱང་གི་བར་ཆད་ཉོན་མོངས་ནམས་  
 ཀྱང་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིར་བཤད་པའི་ནང་གི་བར་ཆད་ནི་གཙོ་བོ་  
 བྱད་གདོན་ལ་སྤགས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་གིས་ཚུལ་བྱིམས་མ་བསྐྱུངས་ན་ནད་



དང་གདོན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་འབྱུང་བ་ཡིན། ཡང་དེང་སང་གཤེན་འདྲེ་ཡིན་ཟེར་  
བ་པ་ལ་ཆེར་ཕྱར་གྱི་གནས་ཚུལ་སོགས་ཐིག་པོ་ཇི་ཙམ་བྱུང་ཡང་གཤེན་པོ་དེ་མིན་  
པར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས། མ་འོངས་པ་ན་  
གཤེན་འདྲེ་ཡིན་ཟེར་བ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེ་ནི་གནོད་སྦྱིན་པ་ར་ཉི་ཉ་དང་། དེ་ཟེར་  
བྱུང་བྱེད་གཉིས་ཀྱིས་གཤེན་པོ་དེའི་ཅ་ལག་གི་ཐོག་ན་བ་རྒྱ་ཅུང་བད་ཨེ་ཡོང་གི་རེ་  
བས་གཤེན་པོ་དེ་ཡིན་ལྟར་དུ་བརྟུན་ནས་ཡོང་བར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནས་  
ཆོགས་ཁིང་བསྟུ་བ་ནི། ཆོགས་ཁིང་རྣམས་རིམ་གྱིས་འོད་དུ་བྱ་ནས་ཕྱི་མ་ཕྱི་མ་ནང་  
མ་ནང་མ་ལ་ཐིམ་སྟེ་རྒྱ་ཆེན་སྦྱོད་བརྒྱད་རྣམས་བྱམས་པ་ལ་ཐིམ། ཟབ་མོ་ལྟ་བརྒྱད་  
རྣམས་འཇམ་དབྱངས་ལ་ཐིམ། ཉམས་ལེན་བྱིན་སྤྲབས་བརྒྱད་རྣམས་རྡོ་རྗེ་འཆང་  
ལ་ཐིམ། ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་རྣམས་ཙུ་བའི་སྤྲ་མ་ལ་ཐིམ། ཆོགས་ཁིང་བྱིངས་  
རྣམས་སྟབ་པའི་དབང་པོ་ལ་ཐིམ། རེ་ཞིག་གཙོ་འཁོར་ལྟ་པོ་དེ་ལ་གསལ་སྤྲང་  
འདོན། དེ་ནས་གཞན་བཞི་པོ་ཡང་སྟབ་པའི་དབང་པོ་ལ་ཐིམ་ཁིང་། དེའི་སྤྲབས་  
རྡོ་རྗེ་འཆང་དང་ཙུ་བའི་སྤྲ་མ་གཉིས་འོད་བྱ་མ་བྱས་པར་སྦྱ་གཟུགས་གཅིག་ལ་  
གཅིག་ཐིམ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཐིམ་ནས་སྤྲ་མ་སྟབ་པའི་དབང་པོ་ལ་གསལ་སྤྲང་འདོན། དེ་  
ལ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མདོར་བསྟུས་ཞིག་འབུལ། དེ་ནས་བདེ་ལམ་ནས་བཤད་པ་  
ལྟར་གྱིས། སྦྱ་བཞིའི་བདག་ཉིད་སྤྲ་མ་ལྟག་པའི་ལྟ། ། སྟབ་དབང་རྡོ་རྗེ་འཆང་ལ་  
གསོལ་བ་འདེབས། ། ཞེས་པ་ནས། སྤྲབས་གནས་ཀྱི་འདུས་སྤྲ་མ་ལྟག་པའི་  
ལྟ། ། སྟབ་དབང་རྡོ་རྗེ་འཆང་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ཞེས་པའི་བར་གྱི་ཡུར་  
ཚུགས་གསོལ་འདེབས་འདི་འདོན། དེ་ནས་སྦྱར་ཆོས་དང་སྤྲགས་པའི་བཤེས་  
གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་དམིགས་རྣམས་སྦྱོང་མཁན་འདྲ་ཡིན་ན་མཆམས་འདིར་བྱ་ལ།  
དེ་མིན་ན། ད་རེས་སྦྱར་ཆོས་སྦྱོང་པ་རྣམས་ཀྱི་གངས་དང་གོ་རིམ་སོགས་ཇི་བཞིན་  
ལམ་དུ་སོང་འདུག་གམ་མི་འདུག་སྟམ་དུ་ཡིད་ཤར་རེ་བྱ་སྟེ། འདི་ལ་སང་གོ་རྣམ་



པར་ཅེ་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ནས་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་ཡང་དག་པར་རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་དཔལ་རྒྱལ་  
 བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་པ་བདུན་ནམ་ཉེར་གཅིག་བརྒྱ་ཙུ་ཙུ་མོགས་  
 བསྐྱེད་ལ་ཐུན་བཟུ། དེའི་ཚུལ་ནི། ཐུབ་པའི་དབང་པོ་རང་ལ་ཐིམ་པས་རང་ཐུབ་  
 པའི་སྒྱར་ལམ་གྱིས་སྒྱར་པའི་ཐུགས་ཀར་སྒྲ་བའི་དགྱིལ་འཁོར་གྱི་སྟངས་དུ་རྩྱུ་ཡིག་  
 སྟོན་པོ་ལྷུང་དཀར་པོས་མཆན་པའི་མཐའ་སྒྲར་དུ་ཐུ་ནེའི་སྤགས་འབྲེང་སེར་པོས་  
 བསྒྲིང་བ་ལ་དམིགས་ནས་ཐུ་ནེའི་སྤགས་བདུན་ནམ་ཉེར་གཅིག་ལ་སོགས་པ་ཅི་རུས་  
 བསྒྲ། དེ་ནས་དགེ་བ་འདི་ཡིས་སྒྱར་དུ་བདག ། སྤྲུལ་ཐུབ་དབང་འབྱུང་གྱིས་ཅིག  
 ། འགྲོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པ། ། བྱིད་གྱི་ས་ལ་འགོད་པར་ཤོག ། ཅེས་དགེ་བ་  
 བསྟོ། རྩྱུ་ཡིག་ཨས་མཆན་པའི་དོན་ཡང་མེ་ལོང་ལ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་ལྟ་བུའི་  
 དོན་ཡིན། དེ་ནས་རང་ཐུབ་དབང་དུ་གསལ་བ་ཡང་སྟོད་སྟོད་ནས་འོད་དུ་བྱ།  
 ཐུགས་ཀའི་ཨ་ལ་ཐིམ། ཨ་རྩྱུ་ལ་ཐིམ། རྩྱུ་གི་ཞབས་ཀྱི་ཨ་ལ་ཉེ་ལ། ཉེ་གི་ཉེའི་མགོ་  
 བོ་ལ། མགོ་བོ་སྒྲ་ཆེས་ལ། སྒྲ་ཆེས་ཐིག་ལེ་ལ་ཐིམ། ཐིག་ལེ་རྒྱ་དཔལ་ཐིམ། རྒྱ་དཔལ་  
 ཡང་མི་དམིགས་པ་སྟོང་པ་ཉིད་དུ་སྒྱར་བསམ་ལ་རུང་ཟད་མཉམ་པར་འཛིག་  
 མཉམ་གཞག་དེ་ལས་ལྷང་བའི་ཆེ་རང་ཡི་དམ་གང་བྱེད་གྱི་སྒྱར་ལམ་གྱིས་ལངས་པར་  
 བསམ་ལ་ཐུན་མཆམས་གྱི་བྱ་བ་ལ་འཇུག དེ་ལྟར་ཐུན་དང་ཐུན་མཆམས་གྱི་བྱ་བ་  
 ཐམས་ཅད་སྟོན་མེད་པ་ཞིག་གི་སྟོན་པའི་གསལ་པར་བསྟོམས་ན་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཚུན་ལ་  
 བཤེས་གཉེན་བརྟེན་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པ་ངེས་པར་སྒྲིབ་ཡིན་འདུག་གསུངས། གཉིས་  
 པ་སྐབས་འདིའི་སྒྲིང་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ། སྒྱར་ཆས་དང་སྒྲེལ་ནས་སྒྲིང་ན་གོང་དུ་  
 བཤད་པའི་འཇུག་མཆམས་ངེས་པར་བྱས་ལ། ཙུ་བའི་སྤྲུལ་པའི་ཐུགས་ཀ་ནས་འོད་  
 ཟེར་འཕྲོས། རང་གི་དད་པ་སྒྲིང་རྒྱུའི་ཆས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་གྱི་སྤྲུལ་མ་ནམས་སྟུན་  
 དངས་ཏེ་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་བཞུགས་པར་བསམ་ལ། དེ་ནས་དངོས་གཞི་སྟོན་



དགོས། སྒྲིམ་ཚུལ་ཡང་ཐོག་མར་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་པའི་དགོས་པ། དེ་ནས་  
 བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་དང་། མ་བསྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་སྐྱེས་པ་བཤད་པ་ལྟར་  
 རིམ་གྱིས་སྒྲིམ་དགོས། དེའི་བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་གྱི་སྐབས་སུ། རྒྱུ་པོ་བཞོད་  
 པའི་མདོ་ལས། འདི་ནི་བདག་གི་དགེ་བཤེས་ཆོས་སྤྱོད་ལ། ། ཞེས་པ་ནས། དེ་  
 འདུའི་སེམས་ཀྱི་དགེ་བཤེས་བསྟེན་བཀྱར་བྱེད། ། ཅེས་པའི་བར་གྱིས་དངོས་སུ་  
 བསྟེན་པའི་པན་ཡོན་བཞི་བརྒྱ་ཙུང་དགྲུ་ཡོད་ཅིང་། དེ་ནས་ཆོག་འདོན་བཞིན་དུ་  
 དེ་དེ་ནས་ཡིད་ཤར་བྱས་ཏེ་དྲན་པར་བྱེད་དགོས། འདིར་དམིགས་པ་སྦྱོང་ཚུལ་  
 རྒྱུ་མཆོད་བདེ་བར་བྱས་ཏེ་བརྗོད་ན། སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱུས་སུ་བལྟ་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན། བལྟ་བུས་པའི་རྒྱ་མཚན། ཇི་ལྟར་བལྟ་བའི་ཚུལ་དང་གསུམ། དང་པོ་ནི།  
 སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱུས་སུ་བལྟ་དགོས་ཏེ། རང་ཉིད་ཁེ་འདོད་ལ་གྱོང་མི་འདོད་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཉག་འགོད་དེའི་སྒྲུབ་བྱེད་དུ། དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་དེ་སངས་རྒྱུས་ཡིན་  
 གྱུར་རང་གིས་སངས་རྒྱུས་སུ་མ་བལྟས་ན་ཁེ་མེད་པར་གྱོང་འབྱུང་ལ། སྤྱོད་པ་དེ་  
 སངས་རྒྱུས་མིན་ཡང་རང་གིས་སངས་རྒྱུས་སུ་བལྟས་ན་གྱོང་མེད་པར་ཁེ་འབྱུང་བའི་  
 ཕྱིར། དཔེར་ན་རྒྱུ་འགྲེལ་ལས། ཞོར་བུ་སྒྲོན་མེའི་འོད་དག་ལ། ། ཞོར་བུའི་སྒྲོ་  
 ཡིས་མདོན་བརྒྱག་པ། ། ལྷག་པའི་ཤེས་པར་བྱད་མེད་ཀྱང་། ། ཇི་ལྟར་དོན་བྱེད་  
 ལ་བྱད་ཡོད་། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱུས་མིན་ཡང་སངས་རྒྱུས་སུ་  
 བལྟ་བའི་སྒྲོ་དེ་ལྷག་ཤེས་ཡིན་པས་རང་གི་དོན་བྱེད་མི་རྒྱས་སོ་སྒྲུལ་ན། དཔེར་ན་  
 རྒྱུ་མ་ཞིག་གིས་མཚན་མོ་གཞན་གྱི་ཁྱི་དུ་ཡོ་བྱད་རྒྱ་བར་ཕྱིན་དུས། ཁྱི་དེར་  
 ཞོར་བུའམ་སྒྲོན་མེའོད་དང་བཅས་པ་ཞིག་ཡོད་ན་ཞོར་བུའམ་སྒྲོན་མེའི་འོད་ལ་ཞོར་  
 བུའམ་སྒྲོན་མེ་དངོས་སུ་བབྱུང་ནས། ཁྱི་དེར་མི་གང་དུ་ཉལ་དང་རྒྱ་བྱའི་དངོས་  
 པོ་དེ་གང་དུ་འདུག་སྐྱེས་ལགས་པར་བལྟས་ནས་ཕྱིར་སོང་སྟེ་ཆོད་ཅིས་ནས་ཁང་  
 པའི་རྒྱབ་གཏོལ་ཏེ་རྒྱུ་མ་རྒྱས་ན། འོད་ལ་ཞོར་བུའམ་སྒྲོན་མེའོ་སྒྲུལ་དུ་འཛིན་



པའི་སྤྱོད་ལྟ་ཤེས་ཡིན་ཀྱང་། དེས་རྒྱ་མ་དེའི་འདྲ་དོན་སྤྱོད་པར་བྱེད་པ་དང་  
 འདྲ། དེ་ཡང་སྤྱོད་མ་སངས་རྒྱས་ལས་ལྟ་པར་བཟུང་གོས་པའི་སྤྱོད་གྱི་བྱུང་བ་ནི།  
 སྤྱོད་མཆོག་བྱུང་སྤྱོད་ལམ་གྱིས་འདུལ་དགོས་པར་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་མཁྱེན་  
 རས་འཕགས་པ་རྟ་བྱུལ་ལ་བཀའ་གནང་བ་ན། འཕགས་པ་དེས་སྤྱོད་ལམ་ཕུན་  
 སྤྱོད་ཆོགས་པས་དེ་གཉིས་དང་པར་བྱས་ནས་ཆོས་བསྟན། དེ་ནས་ཁོང་གཉིས་  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་བཟུང་བར་འདྲ་དོན་དེ་སྤྱོད་པའི་བྱུང་བུ་བྱིན་པས། འཕགས་པ་རྟ་  
 བྱུལ་ཡང་དེར་ཕེབས་ཆར་འདུག་པ་མཐོང་སྟེ། སྤྱོད་ལ་སྤྱོད་པ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལམ་  
 རྟ་བྱུལ་ལ་འཆལ་སྟམ་དུ་དེ་གཉིས་ཐེ་ཆོམ་དུ་གྱུར་པ་བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱི་མཁྱེན་  
 རས། བློ་ནམ་ཡང་ན་གཞིན་ཡང་བྱུང་། །གང་ལས་ཆོས་ནི་ཐོས་གྱུར་པ། །དེ་  
 ལ་ཐོག་མར་ཕྱག་བྱ་སྟེ། །བུམ་བེ་ལྷ་བ་ཅི་བཞིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དེ་  
 གཉིས་གྱི་འཕགས་པ་རྟ་བྱུལ་ཕྱག་བྱས་པ་ལྟ་བུ་དགོས་པ་ཡིན་ཀྱང་། རང་ཅག་པལ་  
 ཆེར་བཀའ་བརྒྱུད་གོང་མས་སངས་རྒྱས་གཤམ་མཐོས། སྤྱོད་པ་ལྟ་དམས་པས་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་གྱུར་པ་མང་། ཡང་དཔེར་ན་འཇིག་རྟེན་ན་འཁོར་ལོས་སྐྱར་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་བྱུང་པར་འཕགས་མོད། དེའི་ཆེ་བུ་ལ་རབས་རྣམས་འཁོར་  
 ལོས་སྐྱར་བའི་རྒྱལ་པོ་བྱུང་པར་འཕགས་ཀྱང་ང་ལ་ནི་པ་མ་དྲིན་ཆེ་སྟམ་དུ་རང་གི་པ་  
 མའི་གཡོག་བྱེད། བྱུང་ན་པ་རྣམས་པ་མའི་གཡོག་བཞག་ནས་རྒྱལ་པོ་དེའི་གཡོག་  
 པོར་ཅི་ཚུད་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་ཆོས་པ་བཟང་པོ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་སྤྱོད་ཀྱི་  
 ཟུང་ཡོན་ཏན་ཀྱི་ལྡན་ཡིན་ཡང་། ང་ལ་ནི་སྤྱོད་པ་འདི་རྣམས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སྟམ་དུ་  
 བསམ་པ་ཞིག་དགོས་སྤྱོད་པ་བྱིན་སྐབས་ཆེ་ཚུང་ཡང་། རང་གི་མས་གུས་ཆེ་ཚུང་ལ་  
 རག་ལས་ཏེ། བེའུ་བུམ་སྤྱོད་པོ་ལས། སྤྱོད་པ་བྱིན་སྐབས་ཆེ་དང་ཚུང་བ། །དངོས་  
 ལ་མ་ཡིན་རང་ལ་རག་ལས། །བྱས་གཞོ་མེད་ཅིང་ཡིད་མ་ཆེས་ན། །འཇམ་  
 དཔལ་སྤྱོད་རས་གཟིགས་དངོས་བྱོན་ཡང་། །དེ་ཡི་དོན་དུ་ཅིར་ཡང་མི་འགྱུར། །



ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། གཉིས་པ་སྤྲུལ་སངས་རྒྱུས་སུ་བཏྲ་བྱས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི།  
 དེ་ལྟར་གོང་དུ་སྤྲུལ་སངས་རྒྱུས་སུ་བཏྲ་དགོས་པར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་། དེ་  
 ལྟར་བཏྲ་མི་བྱས་སོ་སྟུང་ན། སྤྲུལ་སངས་རྒྱུས་སུ་བཏྲ་བྱས་ཏེ། རང་གི་སྒྲོས་སྤྲུལ་  
 མའི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚྭ་གསལ་བཟུང་ན་མ་དང་པ་སྒྲོག་བྱས་པའི་ཕྱིར། མ་དང་པ་སྒྲོག་  
 བྱས་ཏེ། དེའི་ཆོ་སྦྱོར་ཐོན་ཐུན་ཡོད་པར་མཐོང་ཡང་དང་པ་ལ་གཤམ་མི་བྱེད་པའི་  
 ཕྱིར། དང་པ་ལ་གཤམ་མི་བྱེད་ཆུལ་གཉིས་ཡོད་དེ། དང་པ་སྒྲོག་བས་སུ་སོང་བས་མ་  
 དང་པ་བེལ་གྱིས་གཞོན་བྱས་པ་དང་། སྦྱོར་མཐོང་བ་དང་པའི་གྲོགས་སུ་བྱེད་བྱས་  
 པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ལམ་རིམ་ལས། དེ་ལྟར་གོམ་པས་སྦྱོར་ཐོན་ཐུན་ཡོད་  
 པར་མཐོང་ཡང་སྒྲོས་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚྭ་གསལ་འཛིན་པས་དང་པ་ལ་གཤམ་སུ་མི་འགྲོ་སྟེ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། སྦྱོར་མཐོང་བ་དང་པའི་གྲོགས་སུ་བྱེད་ཆུལ་ནི། སྤྲུལ་  
 དེའི་སྤྲུལ་གཟུགས་མི་མཛེས་པ་དང་། གསུང་མི་སྟོན་པ་སྐོགས་ཀྱི་སྦྱོར་ཅུང་ཟད་  
 མཐོང་བ་ན། བདག་ལྟ་བུ་སངས་རྒྱུས་དངོས་སུ་མཇུག་པའི་སྐལ་བ་མེད་པ་ནམས་  
 ལ་རང་དང་རང་མཉམ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆུལ་བསྟན་ནས་དོན་མཛད་པས་ཐུགས་རྗེ་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་སྟུང་དུ་བསམ་པའོ། གསུམ་པ་ཇི་ལྟར་བཏྲ་བའི་ཆུལ་ལ་བཞི་སྟེ། སྤྲུལ་སངས་  
 རྒྱུས་སུ་བཏྲ་བ་དོན་རྗེ་འཆང་གིས་བཞེད་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤྲུལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འཕྲིན་  
 ལས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱེད་པ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་ཅག་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱིས་  
 དངོས་སུ་དོན་མཛད་པའི་ཕྱིར་དང་། རང་གི་སྤྲུལ་བ་ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 དང་པོའི་སྒྲུབ་བྱེད་ནི། རྗེ་རྗེ་གུར་གྱི་རྒྱུད་ལས། ལྷ་བརྒྱ་ཐ་མར་གྱུར་པ་ན། ང་  
 ཉིད་སྒྲོབ་དཔོན་གཟུགས་སུ་འཛིན། ང་ཡིན་མཉམ་དུ་ཡོད་བྱོས་ལ། ། དེ་ཆེ་དེ་ལ་  
 གུས་པ་བསྐྱེད། ། ཅེས་དང་། ལྷ་བརྒྱ་པ་ལས། སྒྲོབ་དཔོན་དང་ནི་རྗེ་རྗེ་  
 འཛིན། ། ཐ་དང་པར་ནི་མི་བརྟག་གོ། ། ཅེས་གསུངས་སོ། གཉིས་པའི་སྒྲུབ་  
 བྱེད་ནི། སྤྲུལ་མེད་ན་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ཡོང་ལུགས་རང་མེད་དེ་ནམ་



དཀར་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱུ་གི་འཕྱིན་ལས་ཡིན་ལ། དེར་སང་རྣམ་  
 དཀར་གྱི་ལས་བྱེད་མཁན་རི་སྟེན་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་སྤྲུལ་མའི་དྲིན་ཡིན། སྤྲུལ་མེད་  
 བ་དེ་འདྲ་བྱེད་མཁན་མི་ཡོང་། ལྟ་སའི་རྩོམ་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་སངས་རྒྱུ་གི་སྐྱེ་  
 གཟུགས་ཡིན་པར་ཤེས་མཁན་ཡང་མི་ཡོང་ན་ཕྱག་མཆོད་བྱེད་མཁན་ལྟ་ཅི་སྒྲིལ།  
 གསུམ་པའི་སྐྱབ་བྱེད་ནི། སངས་རྒྱུ་གི་རང་ཅག་འདུལ་བའི་བྱིར་གང་ལ་གང་  
 འདུལ་གྱི་བཀོད་པ་སྣ་ཆོགས་སྟོན་པ་ལས་ད་ལམ་བསམ་བཞིན་དུ་སྤྲུལ་མའི་རྣམ་པར་  
 བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། ཡབ་སྐུས་མཇུག་བའི་མདོ་ལས། བརྒྱ་བྱིན་ཆངས་པའི་ཆ་བྱད་  
 དང་། ། ལ་ལར་བདུད་གྱི་ཆ་བྱད་གྱིས། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱི་དོན་མཛད་  
 དེ། ། འཇིག་རྟེན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་མི་རུས། ། ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། བཞི་  
 པའི་སྐྱབ་བྱེད་ནི། རང་གི་སྤྲང་བ་ལ་ངེས་པ་ཡང་མེད་དེ། བཀའ་གདམས་ཀྱི་དགོ་  
 བཤེས་གཙང་པ་རྣམ་མཁའི་རིན་ཆེན་རྩ་སྤྱང་དུ་བྱོན་ནས་དགོ་སྤྱང་ཞེས་ལ་གནས་  
 ཆང་གཡར་ནས་བཀྲུགས་པར། ཁོང་སྤྱང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཆོ་གཉིད་  
 ལྷག་པ་འདྲ་བ་ཞེས་ཡོད་འདུག་པ། རྗེས་སེར་ཁོང་གི་སྤྱབ་མ་དགོ་བཤེས་སྤྱང་ལྷང་  
 པས་དགོ་སྤྱང་དེ་ལ་བྱེད་གྱིས་ངའི་སྤྲུལ་མ་སངས་རྒྱུ་དངོས་དེ་ལ་གནས་ཆང་གཡར་  
 བ་ལྷགས་བྱེད་སྐྱབ་བསོད་ཆེ་ཞེས་གསུངས་པས། དགོ་སྤྱང་དེ་ན་རེ། སངས་རྒྱུ་  
 ཡིན་མིན་ནི་མི་ཤེས། དགོ་སྤྱང་གཉིད་པོ་ཆེ་ཞེས་འདུག་ མཆོན་མོ་ཉལ་བས་མི་  
 ཆོག་ཉིན་མོ་ཡང་གཉིད་ཁོ་ན་ཉལ་བ་ཞེས་འདུག་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་ལི་ཡུལ་གྱི་དགོ་  
 ཚུལ་གཉིས་ཀྱིས་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དབྱངས་ལོ་བཙུ་གཉིས་སྐྱབ་པས། རྗེ་བཙུན་གྱིས་  
 དེད་རང་རྣམས་ལས་འབྲེལ་མེད། དེ་བས་བྱེད་རང་བོད་དུ་འཕགས་པ་ཕྱགས་རྗེ་  
 ཆེན་པོ་རྒྱལ་པོའི་རྣམ་པར་བསྟན་ཡོད་པས་དེའི་དྲུང་དུ་སོང་གསུངས་པས། ཁོང་  
 གཉིས་ཀྱིས་བོད་དུ་འོངས། དན་བག་མདར་སྤྱོད་སྤྱོད་མའི་མགོ་དང་རྒྱང་ལག་གི་  
 རྩ་བ་སོགས་མང་པོ་མཐོང་བ་ན། དགོ་ཚུལ་གཉིས་ལྷག་ལྟ་སྤྱོད་ནས་རྗེ་བཙུན་ཡང་



བདུད་དུ་ཐལ། རྒྱལ་པོ་སློག་གཙོན་ལ་དགའ་བ་ཞིག་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ལྟ་སར་  
 ཆོས་རྒྱལ་སྤང་བཅན་སྐམ་པོ་དང་མཇལ་པ་ན། རྒྱལ་པོས་ཁོ་རང་གི་དབུ་ཐོད་དུ་  
 འོད་དཔག་མེད་བཟུགས་པ་དངོས་སུ་བཏྲན། ངའི་གདུལ་བྱ་འདི་ནམས་ཞི་བས་མི་  
 ཐུལ་དྲག་པོས་འདུལ་དགོས་བས་སྒྱུལ་པའི་མི་ལ་སྒྱུལ་པའི་ཆད་པ་གཙོན་པ་ཡིན་པས་  
 ང་ལ་ཉེས་པ་མེད། ད་ཁྱོད་གཉིས་ཅི་འདོད་གསུངས་པས། ད་ལྟ་རང་ཡུལ་དུ་  
 སླེབས་པ་ཞིག་འདོད་ཟེར་བ་ལ། ཆོས་རྒྱལ་གྱིས་འོ་ན་ཁྱོད་རང་གཉིས་ཀྱི་ཁྱར་མད་  
 བྱིར་ཤོག་གསུངས་ནས་དེའི་ནང་དུ་བྱེ་མ་སྒྲག་སྤངས་ལ་རྒྱབ་སྟེ་ཉལ་བཅུག་པས་དེ་མ་  
 ཐག་མི་ཡུལ་དུ་ཁོང་རང་གཉིས་ཀྱི་སྒྱབ་ཁང་གི་སྒྲོན་སླེབ་འདུག་ཅིང་བྱེ་མ་ཡང་  
 གསེར་དུ་སོང་འདུག་པས། སྤར་རྒྱལ་པོ་ལ་ལོག་ལྟ་བུས་པར་འགྱུད་དེ་དད་པ་སྦྱེས།  
 ལོག་ལྟ་མ་སྦྱེས་ན་ཆོ་དེར་དག་བཅོམ་ཐོབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་ལ་ལོག་ལྟ་སྦྱེས་པས་མ་ཐོབ། བྱེ་  
 མ་ལ་དག་བཅོམ་རྒྱན་མེད་ཞིག་ཐོབ་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། སེམས་དང་བའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དད་པ་མ་སྦྱེས་བར་དུ་བསྒྲུལ་ཞེས་པའི་སྐབས་དད་པ་སྦྱེས་ནས་སྒྲོམ་  
 མི་དགོས་པར་བཏྲན་པ་མིན། འོ་ན་གང་ཡིན་ན། དད་པ་སྦྱེས་ནས་དེ་ལ་ཅུང་ཟད་  
 མཉམ་པར་འཛོག་པའི་འཛོག་སྒྲོམ་རེ་བྱ། དེ་ནས་སྤར་ལྟར་དབུད་ཅིང་སྒྲོམ་པའི་  
 དབུད་སྒྲོམ་བྱ་སྟེ། དེ་གཉིས་སྟེལ་མར་བྱེད་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། དེ་  
 ལྟར་ཙ་བ་དད་པ་སྦྱོང་རྒྱལ་གྱི་དམིགས་སྒྲོན་རྣམས་སོང་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན་གྱི་  
 དམིགས་སྒྲོན་ཉམས་སུ་ལེན་སྐབས། བཀའ་དྲིན་ལ་བཞི་སྟེ། སངས་རྒྱས་ལས་  
 ཀྱང་ལྷག་པའི་བཀའ་དྲིན། ཟང་ཟིང་གིས་འཁོར་དུ་བསྐྱུས་པའི་བཀའ་དྲིན།  
 ཆོས་བཏྲན་པའི་བཀའ་དྲིན། རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་དྲིན་ནོ། མགོན་  
 པོ་སྐུ་སྒྱབ་གྱིས་གསང་འདུས་རིམ་ལྡར། འདི་ནི་རང་བྱུང་བཅོམ་ལྡན་འདས། །  
 ལྷག་པའི་ལྟ་ནི་གཅིག་བྱ་ཉིད། ། མན་ངག་རབ་དུ་སྟེར་བའི་བྱིར། ། རྩོམ་སློབ་



དཔོན་དེ་བས་ལྷག ། ཅེས་སྒྲུ་མས་སངས་རྒྱས་ལས་རང་ལ་བཀའ་དྲིན་ལྷག་པ་ཡིན་  
 ཏེ། མན་ངག་རབ་ཏུ་སྟེ། ཡང་དག་བར་སྟེར་བ་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་ཉག་ས་  
 བཀོད་ནས་གསུངས། ॥



## ཉིན་བཅུ་གཅིག་པ།

ལྷོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤེ་དེ་མས། ཇི་ལྟར་མཆན་མོ་ལུ་ན་ནག་སྤོན་རུ་མ་  
 བ། ། ལྷོ་ག་འགྲུ་སྐད་ཅིག་རབ་སྒྲུང་སྤོན་པ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་སངས་རྒྱས་མཐུ་ཡིས་  
 བརྒྱ་ལམ་ན། ། འཇིག་རྟེན་བསོད་ནམས་སྒྲོ་གོས་ཐང་འགའ་འབྱུང་། ། དེ་ལྟས་  
 དག་བ་ཉམས་རྒྱུ་ཉིད་ལ་བརྟག། ། རྟོག་པ་སྤོབས་ཆེན་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ། །  
 ཞེས་པའི་ཡུང་འདྲེན་པར་མཛད་ནས་སྤོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་  
 དད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་ཚ་བ་ཆེ་ལ། དད་པ་དེ་ཡང་བཀའ་གདམས་གོང་མས། རང་ཅག་  
 ཆོས་ལ་སྒྲོ་ཁ་སྤོབས་པ་ནམས་ཀྱི་དད་པ་དེ་གངས་ཀྱི་རི་བོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཟེད། དཔྱིད་ཀྱི་  
 ཁ་བ་ལྟ་བུ་མི་ཟེད་གསུངས་ཏེ། དེ་ཡང་དཔེར་ན། གངས་ཀྱི་རི་བོ་དེ་དབྱར་དགུན་  
 སྤོན་དཔྱིད་ནམ་ལྗེའི་འགྲུར་ལྟོག་ཆ་གང་ཇི་འདྲ་བྱུང་ཡང་སྒྲུ་ཆེ་རེ་སྤོད་པ་དེ་བཞིན་  
 དུ་དད་པ་དེ་རྒྱུན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱར་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས། དཔྱིད་སྐྱབ་དང་པོ་  
 གཉིས་པའི་ནང་དུ་ཁ་བ་རུབ་གཅིག་བབ་ན་སང་ཞོགས་རི་ལྱང་ཐམས་ཅད་དཀར་  
 པོར་འགྲོ་ཡང་། ཉི་མ་ཅུང་ཟད་བསྐྱར་པ་ནས་གངས་ཐམས་ཅད་གར་སོང་མེད་པ་  
 ལྟ་བུར་འགྲོ་བ་བཞིན་དུ་རྒྱུན་དང་མ་སྤྱད་པའི་ཆེད་དད་པ་ཡོད་མདོག་ཁ་ཡང་། ཅུང་  
 ཟད་ཅམ་གྱི་རྒྱུན་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲུར་ཆོག་ཆོག་དེ་འདྲ་མི་ཟེད། དག་བཤེས་སྤོད་  
 ཡུང་པ་རིན་ཆེན་སྤྱིང་པོས་ཉི་མ་ཁ་དཀར་མ། དད་པ་ཐེམ་འདས་མ་ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟ་བུར་མ་སོང་བ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ལྟ་སྤྱིང་བྱུང་བེད་ཀྱི་རིགས་པ་ལ་ཆེར་  
 དང་པོ་མཆོད་མཇལ་དུ་འགྲོ་བའི་ཆེ་བའི་བེད་པོ་བེད་པོ་བེད་པོ་ནས་འགྲོ། ཇོ་བོ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་སྒྲུ་མདུན་དུ་སྤོབས་དུས་ལུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒྲོ། སྤོན་ལམ་  
 འདེབས་ལུགས་གང་ནས་བསམས་ཀྱང་དད་པ་གཞན་ལས་ཆེ་མདོག་ཁ་བ་ཡོད་ཀྱང་།



མཆོད་ཁང་གི་ཐེམ་པ་འདས་པ་དང་མཉམ་དུ་དད་པ་གར་སོང་མེད་པ་ལྟར་སོང་  
 བས་ལྟར་གྱི་བུང་ངེ་བུང་ངེ་དེ་ལས་མི་ཡོང་། དེ་ལ་དད་པ་ཐེམ་འདས་མ་བཟུང་བ་  
 ཡིན། ཡང་སྒྲིན་ཐམས་ཅད་རང་ཉིད་ཀྱིས་ལན་པར་མ་གོ་ན་བྱིན་རྒྱབས་མི་ཐོབ་སྟེ།  
 སྒྲིན་གྲུབ་ཆེན་ལྷ་རྩེ་པ་བུང་ས་མགར་སྤྱང་བཟུང་བའི་མགར་བའི་གྲོང་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་  
 ཐེབས་པ་ན། ཡུལ་དེའི་ཡུལ་ཆོས་ལ་ནམ་ཆོད་བྱེད་རེས་བྱེད་ཅིང་། བྱེད་རེས་སུ་  
 ཡིན་ཀྱང་དེས་ཐོ་བ་རྒྱབ་པ་ན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཡར་ལངས་ནས་བཟོ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པས། དེ་རྒྱབ་ཁོང་གི་གནས་ཆང་དེ་ལ་ནམ་ཆོད་བྱེད་རེས་འཁོར་ནས་ཡོད་པར།  
 ཁོང་གི་བེལ་མ་བཟོད་པར་གནས་ཆང་དེ་ལ་གཉིད་ཡེ་མ་བྱུང་བས། ནམ་བྱེད་ཙམ་  
 ལ་ལངས་སྟམ་ནས་ཐོ་བ་རྒྱབ་པས། ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཐོ་བ་རྒྱབ་སྟེ་བཟོ་བྱས་པར་རྟེན་  
 པ་ཆེན་ལྷ་རྩེ་པ་ལ་མནལ་གཏན་ནས་མ་བྱུང་བར་བྱགས་བསམ་ཞིག་བཞེས་པས།  
 འདི་ཐམས་ཅད་ངའི་གནས་ཆང་འདིས་ནམ་ཆོད་སྟེས་པ་འདིས་ལན་འདུག དེ་  
 ཡང་ང་འདིར་བཞུད་པས་ལན་འདུག དེ་ཆོ་ཐམས་ཅད་ངས་སྤྲ་མའི་བཀའ་ལ་མ་  
 ཉན་པར་འདིར་ཡོངས་པས་ལན་འདུག་སྟམ་དུ་དགོངས་པར་འདུག ཡང་སྤྲ་མ་  
 མཆོན་ཉིད་ཆང་བ་འདི་སངས་རྒྱས་ལས་འོས་མི་འདུག་སྟམ་པའི་སྒྲོ་སྒྲེ་བ་ཞིག་བྱུང་  
 བ་སྤྲ་མར་བཞེན་ལ། དེ་མ་བྱུང་ན་བཞེན་མི་རུང་པར་གསུངས་པ་དང་སྤྲ་མ་མཆོན་  
 ཉིད་དང་མི་ལྟན་པ་ལྟར་སྤང་ཡང་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་སུ་བཞུ་བར་གསུངས་པ་གཉིས་  
 འགལ་ལོ་སྟམ་ན། དེ་གཉིས་མི་འགལ་ཏེ། དང་པོ་ནི། སྤྲ་མ་མ་བཞེན་གོང་ནས།  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྟན་པ་ཞིག་བཙལ་ཏེ་དེ་ལ་བཞེན་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་ལ།  
 བྱི་མ་ནི་སྤར་ནས་སྤྲ་མར་བཞེན་བྱིན་པ་རྣམས་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་མི་ལྟན་བཟླ་  
 བ་ཉིས་པ་འབྱུང་བ་ལས་འོས་མེད་པས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྲ་མ་དེ་མཆོན་ཉིད་དང་མི་ལྟན་པ་  
 ལྟར་སྤང་ཡང་དེ་ལ་སྒྲིན་རྟོག་པའི་སྒྲོ་བཀག་ནས་ཡོན་ཏན་གྱི་ངོས་ནས་དད་པ་སྒྲེ་  
 བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་ཙམ་བ་དད་པ་བྱུང་



བའི་སྐབས་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་རྣམས་ཁ་སང་གི་གསུང་བཤད་ལ་བསྐྱར་ལྟ་མཛད་ཅིང་།  
 ཆོས་བསྟན་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་སྐབས་སུ། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་དྲག་ཤུལ་ཅན་གྱིས་  
 བྱས་པའི་མདོ་ཁྲུངས་སུ་དྲངས་ནས་ཆོས་ཆོག་འབྲུ་རེ་རེའི་ཡོན་དུ་འཛམ་བུ་གླིང་གི་  
 ཟང་ཟིང་ཐམས་ཅད་བསྐལ་པའི་བར་དུ་ཤུལ་ཀྱང་། དེ་ཡང་སྤྲ་མ་ལ་སྤྲ་མར་བྱ་བ་  
 ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་མིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཆུང་ལ་ཆད་ཅི་ཡོད་  
 གསུངས། རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབ་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་སྐབས་སུ། ཉམས་ལེན་བྱིན་  
 རྒྱབས་བརྒྱད་ཀྱི་སྤྲ་མ་པའི་ཆེན་ལྷན་རྒྱ་རྩེ་པ་དེ་ཉིད་སྤྱང་པོ་མཛད་ཅིང་བཞུགས་པས་  
 གྲུབ་ཆེན་ཏེ་ལོ་པ་ཡང་ཐ་མལ་པའི་སྤྱང་ངོར་དེ་སྐབས་སྤྱང་པོ་ཤིན་ཏུ་བཞུན་པའི་  
 རྣམ་པ་ཅན་དུ་བཞུགས་ནས་སྤྱང་པོ་གཞན་གྱི་ཁྲོད་ནས་སྤྱང་པོ་རྒྱུ་ཤོས་གང་ཡིན་  
 པའི་ཕྱི་ངན་ཚུན་ཆད་འཕྲོག་པ་སོགས་གྲུབ་སྦྱོང་མཛད་ཅིང་བཞུགས་པ་ན། པའ་  
 ཆེན་ལྷན་རྒྱ་རྩེ་པའི་ཐུགས་ལ་ང་ཇི་ཉྐར་གྱུར་ཀྱང་སྤྲ་མ་འདི་རང་ལ་བསྟེན་ནི་སྤྲ་མ་དུ་  
 དགོངས་ནས་ལོ་བཅུ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་འབྲལ་མེད་དུ་བསྟེན་ནས་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་  
 ཏུ་བཏབ་ཀྱང་ཆོས་གསུང་པ་ལྟ་ཞིག་ ཐ་མལ་གྱི་གསུང་བཤོས་གཅིག་ཀྱང་མ་  
 གནང་། དེ་ནས་ཉིན་གཅིག་ཏེ་ལོ་པས་ཞལ་ནས་ཅི་ཡང་མི་གསུང་པར་མཉམ་དུ་  
 ཤོག་གཅིག་པའི་བཅ་ཞིག་མཛད་པ་ན་མཉམ་དུ་བྱོན་པས། རྩོད་དོག་པོ་ཞིག་ཏུ་རྒྱ་  
 རྩོད་རིང་ལ་ཁ་ཞིང་ཆུང་བ་ཞིག་འདུག་པར། དང་པོ་ཏེ་ལོ་པ་རང་ནས་མཆོང་ཕྱིས་  
 མཛད་ཀྱང་མཆོང་མི་བྱབ་པའི་རྣམ་པས་རྒྱ་རྩེ་པར་དེར་ཉོལ་གྱི་བཅ་ཞིག་མཛད་པ་  
 ན་རྒྱ་རྩེ་པས་ཞབས་གཉིས་རྒྱ་རིར་བཞག་ཐུག་གཉིས་པ་རིར་བརྒྱང་ཆུ་དེའི་ཉིང་དུ་  
 ཟམ་པ་ལྟར་མཛད་ནས་གཟིམ་པ་ན། ཏེ་ལོ་པས་དེ་མ་ཐག་དེའི་ཉིང་དུ་རྒྱུ་པ་ཆག་  
 འགྲོ་བའི་ཆོད་ཅམ་དུ་བརྫིས་ནས་བྱོན། ཡང་ཉིན་གཅིག་རྒྱ་རྩེ་པ་འཆོ་བ་སྤྱང་དུ་  
 བྱོན་པ་ན་ཡོན་བདག་ཞིག་གིས་འབྲས་ཆན་ཏེ་ཤ་འབྲས་སྒྲེར་མ་གང་ཤུལ་བྱང་བ་དེ་  
 ཤིན་ཏུ་ཞིམ་པ་ཞིག་འདུག་པས་འདི་ངའི་སྤྲ་མ་དེར་འབྲལ་དགོས་དགོངས་ནས་གྱུར་



དུའོན་ཏེ་ཉེ་ལོ་པར་ཡུལ་བས་དེ་ཉིན་ཉེ་ལོ་པས་དེ་བཞེས་ནས། ལྷ་རྩེ་པ་འཆོ་བ་  
 ཞེས་ཞེས་པ་ཅམ་ཞིག་གསུངས། འདི་གསུང་བཤོས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན། དེ་ལ་ལྷ་རྩེ་བ་  
 ཤེན་ཏུ་མཉེས་ནས་སང་ཉིན་ཡང་དེ་འདྲ་ཞིག་འབྱུང་དགོངས་ནས་སྒྲོང་དུ་ཕྱོན་པས་  
 རྟེན་མཁན་གཏན་ནས་མ་ཆེད། རྒྱ་གར་དུ་ཁ་སང་སྒྲོང་དུ་ཕྱིན་པ་དེའི་སར་དེ་རིང་  
 འགྲོ་སྒྲོལ་མེད་ཀྱང་ལྷ་རྩེ་པ་ལུ་ཐུག་ནས་ཁ་སང་གི་དེའི་སར་ཕྱོན་པས་དེར་འབྲས་  
 ཆན་གཡོས་ནས་མགྲོན་གཏོང་གྲུབས་འདུག་པར་སྒྲོངས་བས་མ་བྱིན། སྤྲེལ་མཉེས་  
 པས་ཅི་དྲན་ཆ་མེད་པར་གཡོས་མཁན་ཡོད་སར་ཕེབས་ནས་ཐོད་ཐོར་གང་བཅུས་  
 པས། གཡོན་མཁན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རུབ་རྒྱབ་སྟེ་ཁོང་ཟིན་ནས་བརྟུངས་པ་ན། ཤ་  
 འབྲས་བོ་དོགས་ནས་བྲང་ལ་སྒྱུར་ཏེ་བཞུགས་པས་བྲང་ཐམས་ཅད་ཆོག་ཁོང་ཆོ་  
 སོང་ཆར་ནས་ལག་པ་བརྒྱང་ན་ནི་ཤ་འབྲས་བོ་འགྲོ་བར་འདུག་མ་བརྒྱངས་ན་ནི་  
 ལང་ལང་མི་ཐུབ་པར་འདུག་ལང་མ་ཐུབ་ན་ཤ་འབྲས་འབྱུང་རྒྱ་མི་ཡོང་བར་  
 འདུག་དགོངས་ནས་ཉེ་ལོ་པ་རང་ལ་གསོལ་བ་ཆེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་པས་རྒྱང་ལག་  
 ཐམས་ཅད་སྟོད་ཀྱི་བརྒྱང་ཆོག་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ཡར་ཕེབས་ཏེ་སྤྲེལ་ལ་ཤ་འབྲས་  
 ཡུལ་བས་སྤྲེལ་མས་མ་བྱིན་པར་སྤངས་པ་མཐུན་ནས་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་བཞེས། ཁོ་  
 རང་གི་ཐུགས་ལ་ཡང་མ་བྱིན་པར་སྤངས་པས་མ་བྱུང་བར་དགོངས་ནས་ཕྱིན་ཆད་མ་  
 ཕྱིན་པར་མི་ལེན་པའི་དམ་བཅའ་མཛད། དེ་ནས་ཉེ་ལོ་པའི་ཐུགས་ལ་ད་ངའི་སྒྲོབ་  
 མ་འདི་གང་ནས་བསམས་ཀྱང་སྒྲིང་རྩི་བར་སྤྲང་བས་སྟོ་ཞིག་སྟེན་དགོངས་ནས་སྟོད་  
 བཅའ་བས། སྟོད་ངན་པ་གཅིག་ལས་མ་ཆེད། དེའི་ནང་དུ་བཅུད་ཀྱང་བྱི་བྱིར་  
 ངན་པ། རོ་རོར་ངན་པ་ཞིག་སྒྲུག་ནས། དེའི་ཁར་ལྷ་རྩེ་པ་འདི་འབྲུང་ཟེར་བ་ཞིག་  
 ཡི་གེར་བྲིས་ནས་བཞག་པས། ལྷ་རྩེ་པས་སྤྲེལ་མའི་སྒྱུ་མདུན་དུ་འདི་འདྲ་བའི་བྱི་ངན་  
 པ་བཞག་མི་རུང་སྟམ་ནས་བསྐྱུ་དུ་ཕྱོན་པས་ཡི་གེ་མཐོང་བ་ན་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་  
 མཆོད་པ་དང་། ཐུགས་ལ་འདི་སྟོད་ངན་བཅུད་ངན་པ་དེ་བཞེན་དུ་ཁམས་གསུམ་



འཁོར་བ་སྤྱི་དང་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་འདི་རྒྱ་རྒྱར་ངན་འབྲས་བྱ་འབྲས་  
 བྱར་ངན་པར་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དུ་སྒྲིས་བྱ་འབྲིང་གི་རྟོགས་པ་བྱང་པར་ཅན་སྒྲིས་པ་ཡིན་  
 འདུག། དེ་ནས་ཡང་ཉེན་གཅིག་སྟོན་བཟང་པོ་ཞིག་གི་ནང་དུ། བཅུད་ཀྱང་སྟོ་  
 ཆས་ཁ་ཟས་རོ་བརྒྱ་པ་འདྲ་བ་ཞིག་སྤྱད་ནས་རྒྱ་རོ་པ་ལ་གནང་རྒྱུའི་ཚིས་ཀྱིས་སྟོན་གྱི་  
 ཁར་རྒྱ་རོ་པ་འདི་འབྲུང་བྱ་བ་བྱིས་ནས་བཞག་པ་ན། རྒྱ་རོ་པའི་ཐུགས་ལ་འདི་འདྲ་  
 བའི་ཁ་ཟས་བཟང་པོ་སྤྲོ་མ་ལ་འབྲུལ་དགོས་དགོངས་ནས་གཟིགས་བས་ཡི་གེ་  
 གཟིགས་ཏེ་ཐེ་ཚོམ་མེད་པར་མཆོད་པས། ཡང་ཐུགས་ལ་འདི་སྟོན་སྟོན་དུ་བཟང་།  
 བཅུད་ཀྱང་དྲི་དྲིར་བཟང་། རོ་རོར་བཟང་བ་ཞིག་འདུག་པས། དེ་བཞིན་དུ་ཐུང་  
 འདས་འདི་རྒྱ་རྒྱར་བཟང་འབྲས་བྱ་འབྲས་བྱར་བཟང་བ་གཅིག་ཡིན་པར་འདུག་  
 དགོངས་པ་འབྲུང་སྒྲུབ། དེ་ནས་རྒྱ་རོ་པའི་ཐུགས་ལ་སྤྲོ་མ་འདིས་ངེད་ལ་ཆོས་དངོས་  
 སྤྲོ་མ་གསུངས་ཀྱང་དོན་གྱི་སྟོང་པོའི་འདོད་བྱ་དེ་ཐོབ་བྱུང་བས་ད་ངེས་པར་བཀའ་  
 དྲིན་བསབ་དགོས་པར་འདུག་དགོངས་ནས་ཐོགས་ཀྱིན་དུ་ཕྱོན་པས་སྤྱི་ཏིག་དམར་  
 པོ་བྲེ་གང་ཆེད་པ་སྤྲོ་མ་ལ་འབྲུལ་དུ་ཕྱོན། དེ་སྐབས་རྒྱ་རོ་པའི་ཐུགས་ལ་ང་རྒྱལ་ཕྱན་བྱ་  
 ཡོད་པ་ཏེ་ལོས་མཁྱེན་ནས་སྤྱི་མདུན་ཐམས་ཅད་སྤྱི་ཏིག་དམར་པོས་བཀའ་ནས་  
 བཞུགས་པས་རྒྱ་རོ་པའི་སྟོང་མེས་ཞི་ནས་ཕན་ཡོན་དཔག་དུ་མེད་པ་ཐོབ་པ་ཡིན།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྩི་བྱི་པས་ཀྱང་རྒྱ་རོ་པའི་ཞབས་ལ་གཏུགས་ནས་དཀའ་སྤྱད་དཔག་དུ་མེད་  
 པ་མཛད་པས། རྒྱ་རོ་པའི་ཕྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་ནས་ཐུབ་པའི་དབང་ཐུག་དུ་རྒྱུར།  
 དེ་ཡང་རྒྱ་གར་དུ་རྒྱལ་རིགས་དང་བྲམ་ཟེའི་རིགས་སོགས་རིགས་ངན་རྒྱམས་དང་ཁ་  
 བསྐྱེ་བ་སོགས་སྟོ་ཞོག་ལག་གིས་རིག་ཅམ་བྱས་ཀྱང་སྤྱི་བའི་བར་དུ་བྱས་ཕྱིད་པ་ཡིན་  
 ལ། ཁོང་རིགས་ངན་པར་འབྲུངས་པ་ཡིན་པས་ཁོང་གི་གོ་ལའི་ཐུར་འཕྲོ་སོགས་  
 བྲམ་ཟེའི་བྱ་རྒྱམས་ཀྱིས་བྲོས་པས་བྲམ་ཟེ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཤེས་ནས་གྲོས་བྱས་ཏེ་ཐུབ་ཆེན་  
 སྟོན་པ་འདི་འདིར་བཞག་ན་ངེད་ཆོའི་རིགས་རྟོགས་པར་འདུག་པས་མེས་འབྱེར་



ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་འབྱུང་པར་བྱའོ་ཞེས་བསྟོན་ནས་མི་བཅུ་ཐམ་པས་འགྲོག་ཅིས་  
 བྱས་པས་གུལ་གུལ་ཙམ་ཡང་བྱེད་མ་ཐུབ། ཡང་མི་ཉི་ཤུས་འགྲོག་ཅིས་བྱས་པས་  
 སྤར་ལས་ཀྱང་བཟན་དུ་སོང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་མི་མང་དུ་བཏང་ནས་གོང་ཁྲིར་གྱི་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་ཕྱག་གཅིག་གིས་བཏོག་པས་ད་དུང་གུལ་གུལ་མ་ཐུབ་པ་ན་ཡུལ་གྱི་རྒྱལ་པོ་  
 ལ་ཁྱུས་པས། རྒྱལ་པོས་ད་དེ་ལ་ལེགས་པར་བཟག་ནས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ན་ནི་ཆར་  
 གཙོད་དགོས། རང་པའི་གྲུབ་ཆེན་ཞིག་རེད་ན་བསྟེན་བཀུར་བྱ་བའི་དུས་ལ་བབས་  
 ཟེར་ནས་བསྟན་པ་སྤྱི་རི་རྣམ་གཞག་ལ་མཁས་པའི་དགེ་ཚུལ་གཉིས་ལ་འཇམ་དཔལ་  
 མཆན་བཟོད་བསྟར་ནས་ཉལ་ཉལ་བྱེད་དུ་བཏང་བས། རྒྱ་བོ་པས་དེ་མཁུན་ཏེ་  
 འཇམ་དཔལ་མཆན་བཟོད་གྱི་ཆོག་གཉིས་ཤར་ཏེ་བཏོན་ནས་རྒྱུད་དང་མཐུན་པའི་  
 འགྲེལ་པ་བསམ་གྱི་མི་ཁྲབ་པ་སྤྱི་དང་ཁྲད་པར་གཞན་ལ་མ་གཤམས་པའི་མན་ངག་  
 ཤར་སྟོགས་གྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདི་ཞེས་བྱ་བ་ན་སངས་རྒྱས་འདི་ཞེས་བྱ་བས་  
 འདི་ལྟར་གསུངས་ཅིས་སོགས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ་བར་གསུངས་པས། དགེ་  
 ཚུལ་གཉིས་ཏེ་ལས་ཏེ་རྒྱལ་པོ་ལ་གནས་ཚུལ་ཁྱུས་པ་ན། རྒྱལ་པོ་དགྲེས་ནས་ལུང་པ་  
 འདིའི་ཤུར་གྲུབ་ཆེན་འདི་འདྲ་ཞིག་འདུག་པས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྟེན་བཀུར་  
 བགྲེས་ཤིག་ཅིས་དེལ་སྒྲགས་པས་སྟན་གཤམས་ཀྱིས་སྟོགས་ཐམས་ཅད་ཁྲབ་པ་བྱུང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་རྩོ་བོས་རྒྱ་བོ་པར་དངོས་སུ་ཆོས་མ་གསན་ཀྱང་ཁོང་སྟན་གཤམས་ཆེ་བས་  
 ཆོགས་ཁོང་དུ་བཅུག་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པར་མཛད་པས་རྒྱབ་གཅིག་མནལ་  
 ལམ་དུ་དགེ་སྤྱོད་སྒྲག་པོ་ཞིག་གིས་མི་ཤ་ལག་པ་ཞིག་ཁྲིར་ནས་འདི་ཟླ་བའི་བཞི་ལོ་  
 བྱུང་བར། ང་བཅས་ལྷན་དགེ་སྤྱོད་གི་མི་ཤ་བའི་རུང་ངོ་གསུངས་པས། ད་དུང་  
 ཅིས་ཀྱང་ཟླ་བའི་ནས་བྱིན་བྱུང་བ་ན་སྟོན་ལག་ཞིག་བཞེས་པར་མིས་ནས་མནལ་སང་  
 པ་ན་སྤར་དང་མི་འདྲ་བའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ཁྲད་པར་ཅན་གྲགས་ལ་འཁྱུངས་པར་  
 སྒྲགས་བསམ་ལ་འདི་ངས་ཁ་སང་ཁ་ཉིན་རྒྱ་བོ་པར་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཁོང་གི་



བྱིན་རྒྱལ་པ་འདྲ་མིན་ནམ་དགོངས་ནས་ཐུགས་ཐེ་ཚོམ་དུ་ཐུར་པ་ན། དགེ་བསྟེན་  
 ཞིག་གི་འོ་བུ་པའི་སྒྲུ་མ་དུན་དུ་བྱིན་ནས་ཚོས་ཁྱུས་པས། བྱོད་རང་བུ་གྲུ་མ་ལ་ཤེལ་ར་  
 དུས་ཚོད་འདི་ག་ཙམ་ལ་ངས་བྱིན་གྱི་བརྒྱལ་པ་པའི་པརྟེ་ཏ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པས་  
 དེའི་བྱང་དུ་སོང་ན། དེས་བྱོད་ལ་གདམས་པ་བརྟན་ཡོང་གསུངས་པས། དགེ་  
 བསྟེན་དེས་ཀྱང་རྩོ་བོ་ལ་གནས་རྒྱལ་ཁྱུས་པས། རྩོ་བོས་དུས་བསྐྱེགས་པ་ན།  
 མནལ་ལམ་བྱང་བའི་དུས་དང་འགྲིག་པ་ཡིན། ཡང་ཆོས་སྤྱོད་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་  
 པར་མ་ཟད། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་ཏེ། ཡོངས་  
 སྤྱོད་ནི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་ལ་སྤྱོད་པ་རྣམ་དཀར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་ཡིན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་སྤྱོད་མ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 འབྱུང་བར་གོང་དུ་ཁྱུས་ཟིན་པ་ཉམས་ཡིན། ཡང་སྤྱོད་མ་ལ་བརྟེན་ན་གཞན་ལས་བྱོད་  
 དུ་འཕགས་ཏེ། རྣལ་འབྱོར་རྣམ་པ་བཞི་དང་། འབྱོར་གཉིས་ལུང་གི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཆོས་རྣལ་འབྱོར་རྣམ་པ་བཞི་ཆེ་བ་ཉམས་ཡོད་པས། རྩོ་བོ་གཤེགས་ཁར། རྣལ་  
 འབྱོར་པའི་ཐུགས་ལ་འབྱོར་གྱིས་དུས་རྒྱུན་སྤྱོད་མའི་ཞབས་མཉེས་ཁྱུས་པས་རྩོ་བོས་ཁོང་ལ་  
 ཐུགས་གཅིགས་ཆེ་བར་མཇེད་པ་མ་གཏོགས། ད་ལམ་ཞལ་གདམས་པོ་ཐོག་དེ་དེ་  
 བཞིལ་ཡོད་དགོངས་ནས། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་རྩོ་བོ་ལ། རྩོ་བོ་ནི་སྒྲུ་གཤེགས་པར་  
 རྒྱང་ན། དེད་ཅག་གི་བརྟེན་ས་སྤྱོད་ལ་བཞིན་ཁྱུས་པས་རྩོ་བོའི་ཞལ་ནས་བྱོད་རྣམས་  
 འཇིག་རྟེན་སྤྱོད་ཐོང་། ཐུམས་སྟོང་རྩོ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་། ལྷ་པ་སི་ཀ་ལ་  
 བརྟེན་གསུངས་པ་ཡིན། ལྷ་པ་སི་ཀ་ནི་འབྱོར་ཡིན་གསུངས། ཡང་ཨ་མེས་བྱང་  
 ཆུབ་རིན་ཆེན་མེ་གཏོང་གིན་བཞུགས་སྐབས་ཤིག ངས་ཆེ་ཕྱི་ལ་པོ་གཡོག་ཁོ་ན་བྱས་  
 ནས་ལྷའི་སྒྲུབ་ཐབས་ཙམ་ཡང་བསྐྱབ་རྒྱ་མ་བྱང་སྟམ་དུ་དགོངས་པ་ན་འབྱོར་གྱིས་  
 མཐུན་ནས་དེར་ཕེབས་ཏེ། སྒྲུབ་ཐབས་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཤེས་ནས་ཅི་བྱེད། མི་  
 ཤེས་པས་ཅི་གཞོད། ངས་རྩོ་བོ་འདི་དང་མཇལ་ནས་ཅི་མཉེས་ཤིག་བྱེད་སྟམ་པ་



མིན་པ་ཆོས་ཁྱུ་སྟུང་པ་ཡང་མེད་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནས་ཞལ་ལུང་དུ་བུན་སྐྱོད་  
 བའི་ཆེ་མཆོམས་འདིར་སྐྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་ལ་འཕེན་པ་རེ་གཏོང་བར་གསུངས་ཏེ།  
 དེའི་ཚུལ་ནི་བུན་སྐྱོད་བ་དེ་ཉིད་བཀའ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པའི་མཆོད་པ་ཡིན་པས་དེ་  
 ཉིད་སྐྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་གྱི་མཆོག་ཡིན་པ་བཅས་བུན་སྐྱེ་མར་ཡང་རྣམ་པར་དག་པ་  
 ཞིག་བྱའོ་སྟུང་པའི་འཕེན་པ་གཏོང་བ་ཡིན་ཅིང་འདི་ནི་སྐྱོར་བས་བསྟེན་ཚུལ་  
 དམིགས་པ་ལ་བརྟུས་པ་ཡིན་ཡང་ཙུ་བའི་སྤྱོད་མ་ལ་དད་པ་སྐྱོར་བའི་སྐབས་སུ།  
 འབྲེལ་རིན་པོ་ཆེས་ཉི་ལྔའི་བཅོད་པ་ཉུ་བྱ་བྱེད་གསུངས་ཏེ། དེའི་ཚུལ་ནི་དཔེར་ན་  
 ཉི་ལྔ་གཉིས་རེ་ཞིག་རྒྱང་ཆད་ནས་འགོ་ཡང་། གནམ་གང་གི་ཉིན་དུས་ལས་མ་ཡོལ་  
 བར་བྲིག་སྟེ་འཛོམ་ཡོང་བ་དེ་བཞིན་དུ། རེ་ཞིག་མིས་བརྟུས་པའི་ཆེ་སྤྱོད་མ་ལ་དད་པ་  
 རྒྱང་མདོག་ཁ་བ་ཉུར་སྤང་ཡང་། དོན་དོགས་གནད་ཆེ་སར་དུས་ལས་མ་ཡོལ་བར་  
 དད་པ་བྲིག་སྟེ་སྟེ་བྱབ་པ་ཞིག་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། ཟང་ཟང་འབྲལ་བའི་ཆེ་རང་  
 ལས་སྐྱབ་ཤས་ཆེ་བ་སྐྱོར་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ན་སྤྱོད་མ་ལ་ཤངས་ཕྱིས་འབྲལ་བ་དང་།  
 ཡང་རང་ཉིད་སྤྱོད་མའི་ཞབས་སྟེ་ཁྱུ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ན་སྤྱོད་མ་ལ་ཞལ་སྐྱོར་དང་ཕྱག་  
 རེའར་འབྲལ་བ་དའི་སྤྱོད་མ་སྐྱབས་མགོན་བྲི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་སྟོན་ཡིན། ཡང་  
 སྤྱོད་མ་མཉེས་ན་གྱི་ཡང་ཕུལ་ཆོག་ལ་དེ་མིན་འབྲལ་མི་རུང་། ཡང་སྐྱོན་བཀའ་  
 གདམས་པའི་དགེ་བཤེས་སྐྱོན་སྤྱོད་རིན་པོ་ཆེའི་དུས་སུ་དབྱུངས་སྟོན་སྟོགས་སུ་ཆང་སྟོན་  
 ཆེན་པོ་བྱང་བ་ན། དེར་སྤྱང་པོ་ཆོགས་ཏེ། དེའི་ནང་དུ་ཆན་ཆོན་བཟའ་མི་གཉིས་  
 ཡོད་པའི་ཆད་པོར་སྐད་གཏོང་རེས་བབས་པས། ཆད་པོས། ཨོ་ཡོན་བདག་པ་  
 ལགས། ཆན་ཆོན་བཟའ་མི་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་པའི་ངེད་སྤྱང་པོ་ཁྱུ་གཅིག་ཡོད་པས།  
 སྐྱེ་བབས་ལ་སྐྱེ་བབས་ཀྱི་གསོལ་རས་གནང་བར་ཁྱུ། དགོས་བབས་ལ་དགོས་བབས་  
 ཀྱི་གསོལ་རས་གནང་བར་ཁྱུ་བྱས་པས། སྤྱང་པོ་དམངས་ཀྱི་ཉེ་མ་གོ་ ཡོན་བདག་  
 གིས་གོ་ནས་ཁོང་རང་གཉིས་ལ་སྤྱང་པོ་གཞན་ལས་ཆང་མང་བར་བྱིན་པས། ཆན་



མོན་རེ། བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པ་རྒྱུད་དུ་འགྲུབ་པའི་ཐུགས་རྒྱུ་མཆོད་འབྲུག་རོགས། དེ་བཞེན་  
 རེད་ཅག་ཀྱང་སྤྲུལ་མཁའ་ལྟ་བུ་ཞིག་དང་མཁའ་བ་ཡིན་གསུང་སྐད་གསུངས། དེ་  
 རྣམས་ལྟར་ཁྱེད་པ་ལྟར་སྤྲུལ་ཆོས་ཀྱི་འགོ་ནས་བཟུང་ཆང་མར་ཡིད་ཤར་རེ་བྱས་ཏེ་  
 སེལ་ཆུང་པར་ཅེ་བའི་ཏིང་པེ་འཛིན་བསྐྱེད་པས། སྤྲུལ་སྤྲུལ་རིམ་ལྟར་ཁྱེད་པ་ལྟར་  
 བྱས་ལ་རྩི་རྩི་འཛིན་གསུང་བྱེད་ཀྱི་སྤྲུལ་ལངས། དེ་ཡང་དེང་སང་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་བར་  
 ཆད་ཤིན་ཏུ་མང་བའི་སྒྲིགས་མའི་དུས་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ལོན་པས། དུས་རྒྱུ་འདི་  
 འདྲར་ཡིད་མ་འཛིན་གསུང་བྱེད་དཔའ་བོ་གཅིག་པ་རང་ལ་བྱས་ནས་གཞན་མ་བྱང་ཡང་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་ཀྱན་སྦྱང་བཅས་མ་ཆུན་ཆད་གསལ་བ་གང་ཐེབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 སྤྲུལ་གསུང་གི་གྲངས་ཁ་དེ་སྤྲོ་བའི་སིང་བ། ད་ངས་སྤྲུལ་དེ་ཅུ་བཅུངས་ནས་བར་  
 ཆད་བྱང་ན་ཡིད་མ་རྩི་ཆུང་པའི་སྤྲོ་སྤྲོ་བྱུང་བ་ཞིག་མ་བཅུངས་ན་ཆོས་འགོ་ཐོན་  
 པའི་ཐབས་རང་མེད་གསུངས། གསུམ་པ་མཐུག་ཆོག་གི་སྐབས་སུ་བྱེད་པ་དམིགས་  
 བསལ་བྱང་ན་བཟང་སྤྲོད་སྤྲོད་ལམ་དང་། སྤྲོད་ལམ་བདུན་ཅུ་པ་སོགས་འགྲོ་གིན་  
 འགྲོ་གིན་བཏོན་ཀྱང་ཆོག་གསུངས། དེ་ལྟ་བུ་དེས་ཐོ་རངས་སྤྲོ་སྤྲོ་སྤྲོ་དེ་སྤྲོ་  
 བཞི་ལ་བསྐྱེད་པར་བྱ་སྤྲོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། སྤྲོ་བཞི་བྱ་བར་གསུངས་པ་ནི་  
 ཉན་ས་ལས་གསུངས་པ་འདིར་འགོད་པར་མཛད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་  
 པའི་ངེས་པ་མེད། དང་པོ་ནས་སྤྲོ་བྱང་ལ་གྲངས་མང་བ་བྱ་བར་གསུངས་པས་སོ།  
 བྱང་ཆོད་གཉིས་འདིར་གེགས་སུ་གསུངས་པས་སྤྲོ་བཞི་གེགས་དེ་ལས་མེད་དོ་སྤྲོ་ན་  
 མིན་ཏེ། ཟུགས་པ་དང་རྣམ་གཡེངས་ཀྱང་འདིར་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན། རྣམ་  
 གཡེང་དེ་ལ་དགོ་བ་ལ་རྣམ་པར་གཡེང་བ་ཡང་ཡོད་དེ། གང་སྤྲོ་ཆུའི་སྤྲོ་ཀྱི་  
 དམིགས་རྣམ་མི་འཆར་བར་དགོ་བའི་ཆ་གཞན་ལ་སེམས་གཡེང་བ་བྱང་ན་དེ་ཡང་  
 འདི་ནས་བཤད་པའི་རྣམ་གཡེངས་ཡིན་གསུངས། ཅུང་ཟད་བཏོན་དུ་སོང་བ་ན་  
 སྤྲོ་བ་སྤྲོ་བཞི་པའི་སྐབས་དཔེར་ན་བཤེས་གཉེན་ལ་དད་པ་སྤྲོ་བའི་ཆོད་དད་པ་



བཅུན་དུ་སོང་བ་ན་དེ་ནས་བྱུན་རིང་དུ་གཏོང་བར་གསུངས་པ་དེ་དམིགས་སྒྲིལ་  
 ཐམས་ཅད་ལ་ཤེས་པར་བྱ་དགོས། ཡང་སྒྲིལ་པའི་ཆོ་ཅང་དམ་པ་དང་ཏ་ཅང་  
 རྟོན་པའི་སྒྲིལ་དང་བུལ་བའི་དམ་རྟོན་རན་པ་མ་བྱས་ན་སྒྲིལ་འབྱུང་ཉེན་ཆེ་སྟེ། ཡ་  
 མེས་བྱང་རྒྱལ་རིན་ཆེན་གྱིས་སྒྲིལ་མ་ཞིག་ལ་སེམས་འཛིན་གྱི་དམིགས་པ་ཕྱག་པ་ན།  
 དེས་སྒྲིལ་པས་དམ་རྟོན་མ་རན་པའི་དབང་གིས་ཁོ་རང་གི་ཅ་རྒྱུད་གི་འཕྲུལ་ཞིག་ལ་  
 བཞེན་ནས་ནམ་སྒྲིལ་རེས་གྱི་ཁོ་རང་གི་མདུན་དུ་མགོ་ཞིག་བྱང་ནས་སྒྲིལ་པ་ལ་བར་  
 ཆད་ཆེན་པོ་བྱང་བས་ཉིན་གཅིག་མགོ་འདི་ལ་ཡག་པོ་ཞིག་གཏོང་དགོས་སྟུལ་པ་  
 བྱང་། ཡང་བྱགས་བསམ་ལ་ངའི་སྤྱི་མ་དེ་ཡོད་བཞིན་དུ་དེ་ལ་མ་ཁྱུས་ན་མི་ཡོང་  
 དགོངས་ནས་ཡ་མེས་ལ་ཁྱུས་པས། ཡ་མེས་གྱིས་དེ་རིང་ཁྱོད་རང་གི་མདུན་དུ་ཁོག་  
 མ་ཞིག་ལ་སྤྱབ་ནས་གཞོག་ལ། མགོ་དེ་སྤྱི་བ་བྱང་ན་སྤར་མཐིལ་གྱིས་ཁོག་མའི་  
 མཐིལ་ནས་དྲི་ནག་སྤངས་ཏེ་མགོ་དེ་ལ་ཐོང་། དེ་ནས་ཁྱོད་རང་མགོ་བདུམས་ནས་  
 མ་འགྱུལ་བར་ངའི་ཅར་ཤོག་ཅིག་གསུངས་པ་ན། ཁོང་གིས་ཀྱང་དེ་བཞིན་དུ་བྱས་  
 ཏེ་ཡ་མེས་གྱི་མདུན་དུ་བྱོན་པས། དེ་མ་ཐག་ཡ་མེས་གྱིས་སྒྲིལ་བྱས་ནས་མེ་ལོང་ཞིག་  
 བཏོན་ཏེ་བསྟན་པར་ཁོང་རང་གི་མགོ་ལ་སྤར་རྗེས་བཞག་པ་མཐོང་། དེ་ནས་སྒྲིལ་  
 ཞེགས་བསལ་ནས་སྒྲིལ་པས་རྟོན་ལྷུང་པའི་འོག་ནས་རྣལ་འབྱོར་པ་ཆེ་ཤོས་ཤིག་བྱང་  
 བ་ཡིན་གསུངས། བྱུན་མཆམས་གྱི་བྱ་བའི་སྐབས་སུ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། སྤྱོད་མེད་  
 ར་རི་མོའི་མར་མེ་འདྲ། རྩོམ་བྲིམས་མེད་ན་བདག་མེད་གཏེར་དང་འདྲ། ཆོགས་  
 གསོག་མེད་ན་ལྷན་མེད་ས་བོན་འདྲ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞི་རྒྱལ་  
 བྲིམས་ལ་གནས་ནས་སྒྲིལ་བ་ཆོགས་གསོག་དང་རང་གིས་གང་བསྐྱུང་རྒྱུའི་དམིགས་  
 རྣམ་དེ་རྟོན་པའི་གསུང་རབ་ལ་བརྟུ་བ་སོགས་གསུམ་སྒྲིལ་དུ་བྱ། དབང་པོའི་སྒྲིལ་  
 རྣམ་པའི་ཆོ། གང་སྒྲིལ་ན་དབང་པོའི་སྒྲིལ་དུ་གསྒྲིལ། གང་གིས་སྒྲིལ་ན་དེ་ན་ཤེས་  
 གཉིས་གྱིས་སྒྲིལ། གང་ལས་སྒྲིལ་ན་ཡུལ་དུ་གལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སྤང་སྒྲིལ་བ་



ལས་སྟོམ། རྒྱལ་ཇི་ལྟར་སྟོམ་ན་དབང་པོ་དུག་པོ་དེ་ཉིད་ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་  
 ཆགས་སྒྲུབ་སྟེ་བ་དེ་ལས་སྟོམ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དབང་པོ་སྟོམ་པ་དང་སྒྲུབ་བཀའ་ཉིས་  
 ཡོད་པའི་དབང་པོ་སྒྲུབ་བཀའ། ཡུལ་ལ་དམིགས་ནས་ཆགས་སྒྲུབ་པ་ལས་སེམས་  
 སྒྲུབ་བ་དང་། དབང་པོ་སྟོམ་པ་ནི་ཆགས་སྒྲུབ་པའི་ཡུལ་དེ་དག་དང་པོ་ནས་  
 དབང་པོའི་ཡུལ་དུ་མི་རྒྱ་བར་འགོག་པའོ། དེ་ལ་སྤྱན་མཆོམས་ཀྱི་བྱ་བ་བཞི་  
 གསུངས་པའི་ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་པ་ནི་སྤྱན་མཆོམས་ཁོ་ནའི་བྱ་བ་ཡིན་ལ། གཞན་  
 གསུམ་སྤྱན་མཆོམས་སྤྱ་གལ་ཆེ་བས་སྤྱན་མཆོམས་ཀྱི་བྱ་བར་བཞག་པ་མ་གཏོགས་  
 སྤྱན་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡང་དགོས་པ་ཡིན། ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོད་པའི་སྐབས་ཤེས་བཞིན་  
 བརྒྱབ་ཆི་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། ཤེས་བཞིན་བསྟེན་ཆུང་དངོས་ནི་བྱ་བ་ཇི་འདྲ་  
 ཞིག་ལ་འཇུག་ན་ཡང་བྱ་རུང་ངམ་མི་རུང་ལེགས་པར་བརྟགས་ནས་བྱ་རུང་ན་བྱེད་  
 ལ་མི་རུང་ན་མི་བྱེད་པའོ། དེ་ཡང་དྲན་པས་བྱ་བ་དེ་དྲན་པར་བྱས་ནས་ཤེས་  
 བཞིན་ཀྱི་བརྟག་དཔྱད་བྱས་ནས་བག་ཡོད་ཀྱིས་དེ་ལས་སྟོག་པར་བྱ་དགོས་པས།  
 ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོད་པའི་ནི་དྲན་པ་དཔོན་དང་ཤེས་བཞིན་དང་བག་ཡོད་གཡོག་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། དེས་ན་དེ་གསུམ་ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན་ལ། བག་ཡོད་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི། བག་  
 ཡོད་ནི་དུག་གསུམ་མེད་པའི་དགེ་བས་བརྗོད་པ་དང་བཅས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་པའི་སྐབས། ཟས་ཏ་ཅང་མང་པ་དང་། ཏ་ཅང་  
 ཉུང་བ། ཉུ་བ་དང་འཕྲོད་ཆོད། ཟས་ཉོན་མངས་ཅན་མ་ཡིན་པ་དང་བཞི་  
 གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཟས་ལ་ལོངས་སྦྱོད་པའི་ཆེ་ཟས་ལ་སྟེད་པའི་  
 དབང་གིས་ཟོས་ན་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བས་དེ་སྟོག་པའི་ཕྱིར་རང་གི་ཆོས་ལྡན་ཀྱི་ལུས་  
 འཆོ་བའི་ཕྱིར་དུ་ཟས་འདི་མི་བཟ་མཐུ་མེད་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་རང་གི་ཁའི་ནང་དུ་  
 ལྡན་ནས་ཕྱིར་བཏོན་ན་སྤྱག་པ་འདྲ་བ་མིག་གིས་བལྟས་ཀྱང་སྤྱག་མེར་མེར་བྱེད་པ་  
 དེ་ཁ་མེད་པ་ཡིན་པས་སྤྱག་གྲོ་བ་ལས་མི་འདུག་སྟམ་དུ་བསམས་ནས་བཟ་དགོས།



ཆོས་སྒྲོས་བཏང་ནས་ཟས་འཆོལ་བ་ལ་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་ཡང་སྒྲིན་པ་ཡིན་  
 ཅིང་ཆོས་བྱས་ན་ཟས་ཀྱང་ལག་མ་ཐོགས་པར་ཡོང་སྟེ། འབན་གྲང་རྒྱལ་གྱི་ཞལ་  
 ནས། སྤར་ངའི་ཁས་ཟས་མི་རྟེན། ད་ཟས་ཀྱིས་ངའི་ཁ་མ་རྟེན་ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་ཟས་ཀྱི་ཉེས་དམིགས་འདི་རྣམས་རིག་པར་བྱས་ནས་སྤོང་དགོས་  
 ཏེ། ཟས་ལ་བྲེད་པའི་ཉེས་དམིགས། ཟས་སྤྱད་པའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བའི་ཉེས་  
 དམིགས། ཟས་ཁྱབའི་རྒྱ་ལས་བྱང་བའི་ཉེས་དམིགས། ཟས་འཆོལ་བ་ལས་གྱུར་  
 བའི་ཉེས་དམིགས་དང་བཞི་ཡོད། བྱི་མ་འདི་ལ་ཡང་། ཟས་སྐྱབ་པ་ལས་གྱུར་པའི་  
 ཉེས་དམིགས། མཛའ་བ་ཉམས་པའི་ཉེས་དམིགས། རྩོམས་པ་མེད་པའི་ཉེས་  
 དམིགས། རང་དབང་མེད་པའི་ཉེས་དམིགས། ཉེས་པར་སྤྱད་པ་ལས་གྱུར་པའི་  
 ཉེས་དམིགས་དང་ལྔ་ཡོད། དེ་རྣམས་ལས་ཟས་ལ་བྲེད་པའི་ཉེས་དམིགས་ཁྱས་ཟིན་  
 ལ། མཛའ་བ་ཉམས་པ་ནི་དཔེར་ན་མཛའ་བའི་དྲང་མ་པ་མ་སོགས་དང་ཡང་  
 བཟའ་བཏུང་འདིའི་དོན་དུ་འཐབ་ཆོད་ཤོར་ཡོང་། རྩོམས་པ་མེད་པ་ནི་ཟས་ཀྱི་  
 དོན་དུ་ཅ་ལག་ཅི་ཅམ་བསགས་ཀྱང་ད་དུང་རྩོམས་པའི་དུས་མེད་པ་དང་། རང་  
 དབང་མེད་པ་ནི་ད་ལྟ་རང་ལ་ཆོས་བྱེད་པའི་རང་དབང་ཡོད་དུས་ཁ་ཟས་ཀྱི་དོན་དུ་  
 ཆོས་བྱེད་རྒྱའི་རང་དབང་མེད་པ་བྱས་འགྲོ་ཆོད་རིག་པ་ནི་ཆོད་ཟིན་པ་སྟེ། མང་  
 ཉུང་གི་ཆོད་སང་ཉིན་གྱི་བར་དུ་མི་སྟོགས་པའི་ཆོད་ཅམ་དུ་བ་བ་ཡིན་གསུངས།  
 སྒྲིན་པ་པོ་ལ་ཕན་གདགས་པ་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་སུ་མང་ཇ་སོགས་ཀྱི་སྐབས།  
 སྒྲིན་བདག་ལ་ཕན་པའི་བྱིར་དུ་འཐུང་བ་ཡིན་སྟམ་དུ་བསམས་ལ། ཆོགས་ཀྱི་ཞལ་  
 འདོན་རྣམས་སྐལ་པ་མ་ཆད་པར་གསུངས། ནད་པ་དང་ཤི་པོ་ཆོང་པ་སོགས་གང་  
 ཡིན་ཀྱང་དེ་དང་དེའི་སྐབས་འཇུག་རྣམས་ལེགས་པར་གསན་ལ་སྤྲ་མ་དགོན་མཆོག་  
 ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་བྱགས་སྒྲོན་རེ་མ་མཛད་ན་རང་ལ་གནོད་ཆབས་དེ་ལས་ཆེ་  
 བ་མེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་ཤག་ལྟ་བུ་ལ་ཡིན་ཡང་གསོལ་ཆས་འབུལ་མི་སོགས་ལ་



ངེས་པར་ཐུགས་སྒྲོན་རེ་མཛད་ན་སྦྱོན་བདག་ལ་ཕན་བདགས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་རང་གི་  
 ཚོགས་ཀྱང་རྫོགས་ཚབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན་གསུངས། ལུས་ཀྱི་སྒྲིན་བྱ་ད་ལྟ་བུ་  
 ཟིང་གིས་བསྐྱས་ལ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། ལུས་ལ་སྒྲིན་བྱ་མང་པོ་ཡོད་པ་རྣམས་ད་  
 ལྟ་བུ་བྱང་བྱང་གི་བསྐྱས་ལ་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱབས་བར་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་འཕེན་པ་  
 གཏོང་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་ཀྱི་བསྐྱབས་རྒྱ་ཡང་ངེས་པར་ཡོང་སྟེ།  
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་རྒྱལ་པོ་བྱམས་པའི་སྟོབས་སུ་འབྱུངས་པའི་ཆོ། གནོད་སྦྱོན་  
 ལྡེ་ལ་སྦྱེ་ལུས་སྦྱོན་པར་བཏང་ནས་མ་འོངས་པ་ན་ཆོས་ཀྱིས་འདུལ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་  
 པའི་འཕེན་པ་གཏོང་བར་མཛད་པས། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་པའི་དུས་གནོད་སྦྱོན་ལྡེ་  
 པོ་འཁོར་ལྡེ་སྟེ་བྱང་པོར་གྱུར་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འཕེན་པ་དེ་ལྟར་མ་བཏང་ན་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་སྒྲུལ་ལྡན་ལ་ཉེས་བྱས་རེ་ཡང་འབྱུང་བ་ཡིན། ཡང་སྤགས་ཀྱི་སྒྲུལ་ལྡན་  
 ཡིན་ན་ཨོ་ཨོ་ཨྱི་ངག་ཏུ་བརྗོད་ནས། ཁ་ཐབ་ཁྱང་། ལག་པ་གཉིས་དགང་གཟར་  
 སྤྱག་བཟའ་བཏུང་སྟེག་རྩས་སུ་མས་ལ་ནང་གི་སྦྱོན་སྟེག་གི་ཚུལ་དུ་འོངས་སྦྱོད་པ་  
 ཡིན་ཞིང་། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་སྤགས་ཀྱི་སྒྲུལ་པོ་རེ་འབྱུང་བ་ཡིན་གསུངས། བཤེས་  
 སྤྱངས་ལས་ཀྱང་། ཁ་ཐབ་སྦྱན་དང་འདྲ་བར་རིག་པ་ཡིས། ། འདོད་ཆགས་ཞེ་  
 སྤང་མེད་པར་བསྟེན་བཞུག་སྟེ། ། རྒྱགས་ཕྱིར་མ་ལགས་སྟེམས་པའི་ཕྱིར་མ་  
 ལགས། ། འཆག་ཕྱིར་མ་ལགས་ལུས་གནས་འབའ་ཞིག་ཕྱིར། ། ཞེས་གསུངས་སོ།  
 ཞེས་པའི་སྐབས། རྒྱགས་ཕྱིར་ཞེས་པའི་རྒྱགས་པ་ནི་དྲེགས་པ་ལ་བྱེད། སྟེམས་  
 ཕྱིར་ཞེས་པའི་སྟེམས་པ་ནི་སྟེག་པ་ལ་བྱེད། འཆག་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི་ལུས་ཀྱི་འཆག་  
 བཟང་བའི་ཕྱིར་དུ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། མི་ཉལ་བར་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་ཞིང་  
 ཉལ་པའི་ཆོ་ཇི་ལྟར་བྱ་བའི་སྐབས་སུ། བཅུ་གྱི་ཆ་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་ཆ་སྟོད་སྟོད་ལ་མི་  
 ཉལ་བར་རྣལ་འབྱོར་ལ་བརྩོན་ཞིང་། དེའི་ཆོ་གཉིད་སྟོན་འཆམ་འཆམ་རེ་ཡང་བྱ།  
 ཡང་དུས་རྒྱུན་ནི་སྤྲ་མའི་གནང་བ་ཐོབ་ན་མ་གཏོགས་སྤྲ་མའི་མདུན་དུ་འཆམ་འཆམ་



མི་བྱེད་པ་དང་། སྤྲུལ་ཅམ་ཅམ་མཛད་པའི་ཆེ་རང་ཡང་སྤྲུལ་མའི་བྱི་བཞིན་འཆམ་  
 འཆམ་བྱས་ཆོག་པ་སོགས་ཀྱང་ཤེས་དགོས། ཉལ་བའི་ཀྱན་སྦྱོང་ནི་སྤྲོ་གཡམས་པ་  
 སའ་སྤྱི་རྒྱུ་པ་གཡམས་པའི་སྤྱིང་དུ་གཡོན་པ་བརྒྱུད་ཀྱི་ལག་པ་གཡམས་འགུམ་པར་  
 གཏད། གཡོན་པོངས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་མར་བརྒྱུད་ས་ནས་སེང་གའི་ཉལ་སྤྱངས་ཀྱིས་ཉལ།  
 དེའི་ཆེ་ཆོས་གོས་གསུམ་སྤྱབས་སུ་བྱས་ནས་སྤྲུལ་ལ་རྒྱག་པའམ། གོན་དགོས་ན་  
 གོན་ཀྱང་ཆོག སྤྲུལ་སྦྱར་ནི་མགོ་ཐོག་སོགས་ལ་བཏགས་ཆོག བསམ་པ་ལ་བཞི་  
 ཡོད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཉལ་མ་ཐག་ནས་རང་གི་སྤྲུལ་མའི་སྦྱོང་པ་དུ་མགོ་བཞག་པར་མས་  
 ལ། དེ་ཉིན་གང་ལ་གོམས་པ་ཤས་ཆེ་བའི་དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་གཉིད་དུ་མ་སོང་གི་བར་  
 དུ་དྲན་པ་བཞེན་ནས་ཉིན་མོངས་པ་སྦྱོས་ཀྱང་ཤེས་བཞིན་གྱིས་དང་དུ་མི་ལེན་པར་  
 སྦྱོང་བའི་དྲན་ཤེས་རྒྱན་མར་བཞེན་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་གཉིད་དེ་ཡང་དགེ་  
 བ་ལ་འགྲོ་བས་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ། དེའི་བྱིར་མངོན་པ་ལས་ཀྱང་གཉིད་གཞན་འགྱུར་  
 དུ་བཤད་དོ། ཉལ་ནས་གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་སང་ཞོགས་སྤྱི་འདི་ཅམ་ལ་ལངས་  
 བས་སུན་སྦྱོང་བར་བྱའོ་སྤྲུལ་པའི་འཕེན་པ་གཏོང་བ་ནི་གལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞིང་འདི་ལ་  
 ལྷང་བའི་འདུ་ཤེས་ཞེས་བཤད་དོ། གོང་གི་ཉལ་ལྷགས་དེ་མིན་པའི་གན་རྒྱལ་དུ་  
 ཉལ་བ་ནི་ལྟའི་ཉལ་སྤྱངས། གཡོན་པའ་ནས་ཉལ་བ་ནི་འདོད་པ་སྦྱོང་པའི་ཉལ་  
 སྤྱངས། ཁ་སྤྱབ་དུ་ཉལ་བ་ནི་དུང་འགྲོའི་ཉལ་སྤྱངས་ཡིན། གཉིད་ཀྱི་གྲུང་ལ་འདྲེ་  
 གཞོན་སོགས་ཀྱི་གཞོད་པ་སྤྱང་བར་འདོད་ན་ཡང་གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་སྤྲུལ་མའི་སྦྱོང་  
 པ་དུ་མགོ་བཞག་པར་མས་ལ། དེའི་ཆེ་སྤྲུལ་མ་སྤྱབ་པའི་དབང་པོ་དང་ཡི་དམ་  
 སོགས་ཀྱི་སྦྱར་སྒྲིམ་པའམ། སྤྲུལ་ཁོ་རང་གི་རྣམ་པར་སྒྲིམ་པ་གང་བདེ་བྱས་ཆོག་  
 ཅིང་དེ་ལྟར་སྒྲིམ་པའི་སྤྲུལ་མ་དེའི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་སེར་པོའི་ཆོགས་དཔག་དུ་  
 མེད་པ་སྤྱོགས་བཅུར་འཕྲོས། སྤྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱགས་ཀར་ཕོག་  
 དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱགས་ཀ་ནས་འོད་ཟེར་དཔག་དུ་མེད་པ་འཕྲོས་ནས་སྤྲུལ་མའི་སྤྱགས་



ཀར་ཐིམ། སྤྱི་མཐོང་གི་ལམ་ལ་འོང་བའི་ཀྱུན་དཔག་དུ་མེད་པ་བྱུང་ནས་རང་  
 ལ་ཐིམ་པར་བསམ། དེ་འདྲ་བའི་འོང་བའི་སྒྲིག་བསྒྲིག་དམིགས་པ་གཉིད་དུ་མ་སོང་  
 གི་བར་དུ་བྱས་ན་གཞོན་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་ངེས་པ་ཡིན་གསུངས། འོ་ན་  
 ལམ་ཇི་འདྲ་བ་ཞིག་དཔུང་སྒྲིམ་ཡིན་ལ་ཇི་འདྲ་བ་ཞིག་འཛིག་སྒྲིམ་ཡིན་ན་ཞེས་  
 སྒྲིག་སྒྲིག་གི་སྐབས་སུ། བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་དང་། དལ་འབྱོར་དང་། འཆི་བ་  
 མི་རྟག་པ་དང་ལས་འབྲས་དང་། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་དང་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་སྒྲིག་ལ་དཔུང་སྒྲིམ་གཙོ་བོར་དགོས་ཤིང་། འཛིག་སྒྲིམ་ཀྱང་མི་དགོས་པ་  
 མིན་པས་དཔུང་སྒྲིམ་དགོས་སྒྲིག་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་དག་ལ་དཔུང་སྒྲིམ་གཙོ་  
 བོར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། ལམ་དེ་དག་ཡུལ་གྱི་རྣམ་པ་གསལ་མི་གསལ་ལ་མ་  
 རྟོགས་པར་སྒྲིའི་འཛིན་སྤངས་བྱགས་དྲག་ཅིང་། རྒྱུ་རིང་བ་ཞིག་གཙོ་བོར་བསྐྱེད་  
 པར་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ནོ་གསུངས། ཚུལ་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་  
 མཁས་པ་ཡིན་ན་དཔུང་སྒྲིམ་ཁོ་ན་བྱ་ལ། ཀྱིས་ལེས་ནི་འཛིག་སྒྲིམ་ཁོ་ན་བྱའོ་ཞེས་སྒྲི་  
 བ་ཡང་མ་ཡིན་ཏེ་ཞེས་སྒྲིག་སྒྲིག་གི་སྐབས་དཔུང་སྒྲིམ་གཙོ་བོ་དང་། ཞི་གནས་  
 སྒྲིག་ལམ་འགའ་ཞིག་ལ་འཛིག་སྒྲིམ་གཙོ་བོར་གསུངས་པ་མ་གོ་བར། དེ་གཉིས་  
 སྒྲིམ་པ་པོའི་གང་ཟག་སོ་སོར་འཛིན་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པར་མཛད་པ་ཡིན་  
 གསུངས། གདམས་ངག་འདིར་སེམས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་ཇི་ལྟར་འདོད་འདོད་  
 དུ་བཞག་པས་ཆོག་པའི་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྐྱབ་དགོས་ལ་ཞེས་སྒྲིག་  
 སྐབས་དཔུང་པ་མང་པོ་བྱེད་པ་ནི་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་འཛིན་སྒྲི་བའི་གོགས་སུ་  
 འགྱུར་རོ་སྒྲིམ་ན། མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་མགར་བ་མཁས་པས་གསེར་གྱི་རྩ་ལྷང་  
 ཞིག་བཟོ་བའི་ཆོ་གསེར་སྒྲིམ་མོ་བཟོ་བ་རྒྱུད་པས་ཆོག་ན་དེ་ནི་ང་རང་ཆོས་ཀྱང་ཡོང་  
 མོད། དེས་མི་ཆོག་པར་གསེར་བསྐྱེད་པ་དང་རྒྱུ་བ་སྒྲིག་གིས་འདུལ་སྐྱངས་



མ་བྱས་ན་སྒྲོ་མོ་བཟོ་མི་ཐུབ་པས་མགར་བ་ལ་བཙོལ་དགོས། མགར་བས་དེ་ལྟར་  
 འདུལ་སྒྱུད་བྱས་ནས་གསེར་དེ་གཉེན་པོར་སོང་བ་ན་གང་བཟོ་རྒྱུ་ནི་རྒྱུ་དེ་བཟོ་  
 བ་ཡིན་ལ། དེའི་སྒྲོ་དུ་བྱེད་རྒྱུ་གསེར་མེར་བསྐྱེད་པ་དང་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་སྐྱེད་པས་  
 གསེར་གྱི་རྒྱུ་དེ་བཟོ་བའི་ཐབས་མཆོག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས། དེའི་གོགས་མིན་  
 པ་དེ་བཞིན་དུ། འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་སྒྲོ་མ་པ་སྐྱེད་སེམས་སྒྱུ་བར་འགྱུར་བའི་  
 དབྱེད་པ་ཇི་སྟེད་བྱས་པ་རྣམས་གསེར་མེ་ལ་བསྐྱེད་པ་ལྟ་བུ་དང་བཞེས་གཉེན་ལ་  
 དད་གུས་སྒྲོ་མ་པ་སྐྱེད་སེམས་དང་བར་འགྱུར་བའི་དབྱེད་པ་ཇི་སྟེད་བྱས་པ་རྣམས་  
 གསེར་རྒྱུ་ལ་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་གཉིས་སྒྲོ་དུ་མ་སོང་བར་སེམས་ཁི་གནས་སྒྲོ་  
 པའི་ལས་རུང་དུ་འགྱུར་བ་མི་སྲིད་པས་དེ་གཉིས་སྒྲོ་དུ་བཏང་ནས་སེམས་ཁི་གནས་  
 སྒྲོ་པའི་ལས་རུང་དུ་གྱུར་པ་ན། དེ་ནས་འཛོགས་སྒྲོ་གཙོ་བོར་བྱེད་པ་ཡིན། དེས་  
 བ་དབྱེད་སྒྲོ་མ་དེ་དག་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་ངེ་འཛོལ་སྒྱུ་བའི་གོགས་མིན་པར་མ་ཟད་  
 ཐབས་མཆོག་ཡིན་ལ། དེ་ཙམ་དུ་མ་ཟད་སེམས་ཉིང་ངེ་འཛོལ་ལ་གནས་པའི་  
 གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ནི་བྱིང་རྒྱུད་གཉིས་ཡིན་ཅིང་། བྱིང་བའི་གཉེན་པོར་དགོན་  
 མཆོག་ལ་དད་པ་སྐྱེད་སེམས་གཟེངས་བསྟོད་པའི་ཆ་དང་། རྒྱུད་པའི་གཉེན་པོར་  
 འཁོར་བའི་སྤྱད་བསྐྱེད་མཐོང་བ་སྐྱེད་སེམས་སྒྱུ་བའི་ཆ་རྣམས་གཞུང་དུ་མ་ནས་བསྐྱེད་  
 པ་ཡིན། སྒྲོ་ཆོས་རྒྱལ་བྱི་སྒྲོང་ལྷུ་བཙན་གྱི་སྒྱུ་དུས་སྤྱད་རྒྱུ་གི་ཏ་ཤང་མདྲ་ཡ་ན་  
 བྱ་བ་བོད་དུ་འོངས་ནས། ལུས་ངག་གི་དགོས་པ་བྱས་པས་སངས་མི་རྒྱ། ཅི་ཡང་ཡིད་  
 ལ་མི་བྱེད་པ་སྒྲོ་མ་གྱི་མཆོག་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་སྐྱེད་པ་དང་། དཔེར་ན་བྱི་དཀར་པོ་  
 དང་ནག་པོ་གང་གིས་རྒྱགས་ཀྱང་མ་བཟོ་བ་ལ་བྱེད་མེད་སྤྱོད་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་  
 ཉི་ཟླ་སྤྱོད་པ་ལ་བྱེད་མེད། དེ་བཞིན་སེམས་དགོས་པ་དག་གི་ངོ་བོར་འཕྲོས་ཀྱང་  
 རྣམ་རྟོག་ཡིན་པས་འཁོར་བར་འཆིང་བྱེད་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་སྐྱེད་པའི་ཆོས་ལྟ་སྤྱོད་  
 ཆོགས་བསྟན་པས་བོད་པ་ལ་ཆེར་དེ་ལ་དགའ་བར་གྱུར་པ་ན་རྒྱལ་པོས་མཁན་པོ་བོ་



རྟེན་སྐྱེ་ཞལ་ཆེན་པོ་བཞིན་ཀྱང་གར་ནས་སློབ་དཔོན་ཀླུ་མ་ལ་ཤེལ་སྤྱན་དངས་ཏེ་  
 ལྷུང་རིགས་ཀྱིས་ཆར་བཅད། སྤྱ་ཡེ་ཤེས་དབང་པོས་ཀྱང་ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་བྱེད་  
 པས་ཐོག་ཁར་ཡང་མི་སློབ་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ག་ནས་སློབ། ཅི་ཡང་ཡིད་ལ་མི་  
 བྱེད་སྤྱུལ་པ་དེ་ཁ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེ་ཡང་རྣམ་ཏོག་དུ་འགྱུར་ཆུལ་སོགས་  
 ཀྱིས་ཏ་ཤང་སྤྱོད་པ་མེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་བཅུ་གཉིས་པ།

༡ སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤུཌི་དེ་མའི་གསུང་ལས། མི་ཡིས་གྲུ་ལ་བཞེན་ནས་  
 བོ། ། སྤྱག་བསྐྱལ་ཚུ་བོ་ཆེ་ལས་སློལ། ། གྲུ་འདི་ཕྱིས་ནས་རྟེན་དཀར་བས། །  
 རྒྱུངས་པ་དུས་སྤྱག་ཉིད་མ་ལོག། ། ཅེས་པའི་ལུང་གིས་དྲངས་ཏེ་སློབ་འགྲོའི་གསུང་  
 བཤད་དང་། གཉིས་པ་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ནས་སློ་ཇི་ལྟར་སྤྱང་བའི་རིམ་པ་ཞེས་  
 པ་གོ་རྒྱུ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་ཞེ། བཤེས་གཉེན་མ་བཞེན་པར་སློ་སྤྱང་ལུགས་རང་མེད་ལ། ཇི་  
 ཉེ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུང་འགྲོའི་སློ་འབྱེད་ཞིག་ལས་མ་འདས་ཏེ། རྩེ་རིན་པོ་ཆེས། སྤྲུམ་ལ་  
 བརྟམས་སློད་སྤྱགས་ལ་ཅི་ཡང་མི་འཛེམ་པར་ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་ཅི་བྱས་ཀྱང་རྒྱུང་  
 འགྲོའི་སློ་འབྱེད་པ་ཆེན་པོ་ཉེ་གསུངས་པ་ལྟར་རོ། དེ་ལྟར་ཐོས་བསམ་སྒྲམ་གསུམ་  
 བྱས་ཀྱང་རྒྱུང་འགྲོའི་སློ་འབྱེད་ཆེན་མོར་གསུངས་ན། ཆོས་ལྟར་བཅོས་པ་གཞན་ལྟ་  
 སློས་ཅི་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱུད་དོ་རྩེ་ཉིང་པོ་རྒྱན་གྱི་རྒྱུད་ལས། གང་གིས་སློབ་  
 དཔོན་ཡང་དག་སྟེ། ། དེ་ཡིས་རྒྱུད་ཀྱན་སྤྱབ་པའི་མཆོག། ། གཉིད་དང་འདྲ་  
 འཛི་རྒྱལ་སྤངས་ཏེ། བསྐྱལ་པ་སྤྱང་དུ་ལེགས་བསྐྱབས་ཀྱང་། ། དཔྱལ་སྤྱགས་  
 སྤྱབ་པར་བྱེད་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་སོ། དལ་འབྱོར་སྒྲམ་པ་ཡང་དོན་དུ་བཤེས་  
 གཉེན་བཞེན་ཚུལ་སྒྲམ་པ་ཡིན་ཏེ། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས། དཔེར་ན་བྱ་གཅིག་ལྷང་  
 པ་མང་པོར་ཕྱིན་ཏེ་ལྷང་པ་རེ་རེ་ནས་བྱ་དེར་མིང་མི་འདྲ་བ་རེ་བཏགས་ནས་ཡོད་ན།  
 མིང་མང་ཡང་དོན་དུ་བྱ་གཅིག་པོ་དེ་ཁ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། ལམ་གྱི་དམིགས་སྒྲམ་མི་  
 འདྲ་བའི་མིང་སོ་སོར་བཏགས་པ་མ་གཏོགས་དོན་དུ་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་ལས་  
 མ་འདས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ཡང་ཆོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྤྱི་བའི་རྒྱ་གཉིས་  
 ཡོད་དེ། ཆོས་ལ་ནན་ཏན་རྒྱུང་བ་དང་སྤྲུམ་ལ་དད་གུས་རྒྱུང་བ་གཉིས་ཡིན། དེ་



གཉིས་རྒྱུད་བཅོས་ལ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིབ་འེ་རྒྱུད་བཤད་པ་ནི་དེ་གཉིས་མེད་པ་ལ་ཆོས་ལ་ཐེ་  
 ཆོམ་སྒྲིབ་མི་སྲིད་པས་དེ་གཉིས་རྒྱུད་བཞེས་བཤད་པ་ཡིན། སྤྲུལ་མ་དང་ཆོས་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་ཡོད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་སྟེ། དེ་ཡོད་ན་ཕྱགས་མ་དག་པ་སོགས་བགྲངས་ཀྱང་  
 ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་རེ་ངེས་པར་ཐོབ་པ་ནི། སྡོན་རྒྱ་གར་དུ་མ་གཅིག་ལ་བྱ་ཞིག་  
 ཡོད་པ་དགོན་པར་གྲུ་པ་བྱེད་དུ་བཅུག། བྱ་དེས་ཀྱང་བསོད་སྟོམས་བྱས་པས་བྱ་  
 བསོད་སྟོམས་པར་གྲགས་པ་བྱུང་། དེ་ལྟ་བུའི་བྱ་བསོད་སྟོམས་པ་དེས་རང་གི་མ་དེ་  
 ལ་རྒྱུན་དུ་སྟོ་ཆས་སོགས་ཀྱིས་པན་འདོགས་པར་བྱེད་པ་ལ། བཅའ་ཞིག་ན་ཡུལ་དེར་  
 ལུ་གེ་ཆེན་པོ་བྱུང་ཞིང་། བྱ་ཡང་དབྱར་གནས་དང་འདོམ་ནས་མའི་སར་འགོ་རྒྱ་མ་  
 བྱུང་བས་བྱའི་སེམས་ལ། ང་ཡང་འགོ་རྒྱ་མ་བྱུང་། ལུ་གེ་འདི་ཡང་ངན་པས་ངའི་  
 མ་དེ་སྟོ་ཆས་ངན་པས་ལུས་ཀྱས་ཡོད་འགོ་སྟོམས་སྟེ་དགག་དབྱེ་ཆར་བ་དང་ལྟར་ཕྱིན་  
 པས། མ་སྤར་ལས་ཀྱང་གཟི་བརྗེད་ཆེར་སོང་ནས་འདུག་པ་ལ། བྱ་ན་རེ། ཡུལ་  
 དུ་ལུ་གེ་དེ་ཅམ་བྱུང་། ངས་ཀྱང་ཡོང་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་དེ་ག་ཅམ་སོང་ན་ཡང་། མ་  
 རང་ཟེལ་ཆེ་དུ་སོང་འདུག་པས་མ་བྱེད་ཀྱི་གང་ཟས་བྱས་པས། མས་ངས་རྩོ་བཙོ་  
 ཡིན་བཙོ་ཡིན་ཟས། རྩོ་བཙོ་ཡིན་བཙོ་ཡིན་འཐུངས་པས་འདི་ལྟར་བྱུང་བེད། འོ་  
 བཅའ་ཞིག་ལ་དེ་འདྲའི་གདམས་ངག་གང་ཡོད་བྱས་པས། མ་ན་རེ། ཨོ་བལེ་འབལ་  
 ལེ་འབྱུན་ཏེ་སྤྲུ། ཞེས་པའི་ཕྱགས་འདི་བགྲངས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། བྱའི་བསམ་  
 པར། ལྟ་མོ་ཚུ་ན་དེ་མའི་ཕྱགས་མ་དག་པར་བསྐྱོས་པ་ཡིན་འདུག་སྟམ་ནས་མ་རང་  
 གི་ཕྱགས་མ་དག་པར་འདུག། ཨོ་ཅེ་ལེ་ཚུ་ལེ་ཚུ་རྩེ་སྤྲུ། ཞེས་པ་འདི་དག་པ་ཡིན་  
 པས་འདི་འདོན་དགོས་བྱས་པས་མ་དེ་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིབ་གིན་བཏོན་པར་ཕྱགས་དེ་དག་པ་  
 ཡིན་ཀྱང་ཡིད་ཆེས་མེད་པའི་དབང་གིས་རྩོ་འཆོས་རྒྱ་དང་བཙོ་རྒྱ་མ་བྱུང་བ་ན། མི་  
 ལམ་དུ་ཕྱགས་སྤར་ལྟར་ཐོན་ཟེར་བ་བྱུང་བར་བཞེན་སྤར་ལྟར་བཏོན་པས་རྩོ་འཆོས་  
 རྒྱ་དང་བཙོ་རྒྱ་སོགས་ཀྱང་སྤར་ལྟར་བྱུང་བ་ཡིན། ཡང་རྒྱ་གར་དུ་སྤྲུལ་མ་ཞིག་དང་



སློབ་མ་ཞིག་ཡོད་པར། སློབ་མ་དེས་སླ་མ་གྲེལ་བ་ཆེ་དུས་ཤིག་ལ་ཕྱིན་ཏེ་མཚུལ་ཕུལ་  
ནས་གདམས་ངག་གནང་བར་གསོལ་བ་བཏབ་པས། སླ་མས་ཕྱག་དབྱུགས་ནས་མ་  
རིལ་ཇཱའ་ཞེས་པར་རྒྱག་གསུངས་པས། སློབ་མ་དེས་དེ་ཁ་གདམས་ངག་ཡིན་སྟེ་  
ནས་མ་རིལ་ཇཱའ་ཞེས་པ་དེ་ཁ་འདྲེན་ཅིང་། སླ་མའི་ཕྱག་སྟབས་དང་མཐུན་པར་  
ལག་པ་དབྱུག་གིན་བསྟན་པས། ཞག་བདུན་ཕྱག་གསུམ་ལས་མ་འདས་པར་ཡིད་  
ཆེས་ཀྱི་དབང་གིས་སྟར་གྱི་སྟར་སྟོག་ཡོད་པ་འདྲོངས་ནས་ལུས་དྲང་པོར་ཕྱིན་ཆོག་པ་  
བྱུང་བ་ན། ཉིན་གཅིག་སླ་མའི་སྟེ་མདུན་དུ་ཕྱིན་ནས་མཚུལ་ཕུལ་ཏེ། སྟར་  
གདམས་ངག་གནང་བའི་ཐུགས་རྗེ་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་གྲུབ་འདི་ལྟར་བྱུང་བ་  
ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པས། ངས་ཁྱོད་ལ་གདམས་ངག་གང་བསྟན་གསུངས་པར། མ་  
རིལ་ཇཱའི་གདམས་ངག་གནང་བྱུང་བ་ཞུས་པས། ཨ་ཁ་ངས་ཁྱོད་ལ་པར་རྒྱག་བྱས་  
པ་མ་གཏོགས་གདམས་ངག་བསྟན་པ་མིན་ཏེ། ཁྱོད་རང་གི་གདམས་ངག་དུ་གོ་བ་  
དེ་ཁས་འགྲིག་འགྲོ་བ་ཡིན། ད་དེས་ངས་གདམས་ངག་དངོས་ཞིག་སྟོན་གྱི་གསུངས་  
ནས་མན་ངག་དངོས་དེ་གནང་བས་མོད་ལས་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་  
བྱུན་མོང་བའི་དངོས་གྲུབ་ནི་གདམས་ངག་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་ཅམ་གྱིས་འབྱུང་།  
མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་ལ་ནི་སློབ་མའི་ངོས་ནས་ཡིད་ཆེས་པ་འང་དགོས་ཏེ། སླ་མའི་  
ངོས་ནས་གདམས་ངག་མ་ཞོར་བ་ཡང་གལ་ཆེ་གསུངས། ཡང་བྱུན་མཚམས་ཀྱི་བྱ་  
བ་ལ་ཁ་སང་གི་གསུང་བཤད་བསྐྱར་ལྟ་བུ་སྟེ་དང་། ཁྱུང་པར་དབང་པོའི་སྟོབས་སྟུང་  
བ་དང་སྟོམ་པའི་ཚུལ་ཁ་སང་ཡང་ཞུས་མོད། སློབ་གཉེར་བ་རྣམས་ལ་གོ་བདེ་བར་  
ཞུན་ཡུལ་དབང་རྣམ་ཤེས་གསུམ་འདུས་པ་ལས་ཆགས་སྟངས་སྟེ་བ་ཡིན་པས་དེ་ལས་  
བསྟུང་དགོས། དེ་ཡང་དཔེར་ན། མདུན་གྱི་ནས་རྟོག་འདི་ཡུལ་ཡིན། དེ་མཐོང་  
བའི་བདག་སྟེན་དུ་གྱུར་པའི་མིག་གི་དབང་པོ་གཟུགས་ཅན་པ་དེ་དབང་པོ་ཡིན།  
ནས་རྟོག་མཐོང་བའི་དབང་ཤེས་དེ་རྣམ་ཤེས་ཡིན། དེ་གསུམ་འདུས་པ་ལས་བྱུང་



བའི་ཡིད་ཤེས་ལ་འདི་ནས་རྟོག་ཡག་པོ་འོ་སྟམ་དུ་འཛིན་པ་སྦྱེས་ན་དེ་འདོད་ཆགས་  
 ཡིན། རྟོག་ཡག་པོ་མི་འབྲུག་སྟམ་པའི་སྟོ་སྦྱེས་ན་དེ་ཞེ་སྤང་ཡིན། དེས་  
 དབང་པོ་རྟུག་གི་སྟོ་ནས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆགས་སྤང་སྦྱེ་ཚུལ་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས་  
 ཤིང་། ཤེས་ནས་ཆགས་སྤང་འགོག་དགོས། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་མཆོན་མར་  
 འཛིན་པ་དང་མངོན་ཉགས་སུ་འཛིན་པ་ཞེས་པ་འདི་གོ་དཀའ་བས་འདིའི་དོན་ནི་  
 གོང་དུ་ཞུས་པ་ལྟར་དབང་ཤེས་ཀྱིས་ཡུལ་མཐོང་བའི་དེ་མ་ཐག་དུ་ཡིད་ཤེས་ལ་  
 ཆགས་སྤང་སྦྱེས་ན་མཆོན་མར་འཛིན་པ་ཡིན། དེ་མ་ཐག་དུ་ཡིད་ཤེས་ལ་རྟོག་པ་  
 གང་ཡང་མ་ཤར་ཡང་། དེ་ནས་དུས་གཞན་ཞིག་ན་སྤར་ངས་མཐོང་བའི་ནས་དེ་  
 བཟང་ངན་འདི་འདྲའོ་སྟམ་པ་ལྟ་བུའི་ཆགས་སྤང་སྦྱེས་ན་མངོན་ཉགས་སུ་འཛིན་པ་  
 ཡིན། ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོང་པ་ཡང་སྦྱོང་འབྲུག་ལས། ལུས་དང་སེམས་ཀྱི་གནས་  
 སྐབས་ལ། ། ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྟག་བྱ་བ། ། དེ་དེ་ཁོ་ན་མདོར་ན་ནི། ། ཤེས་  
 བཞིན་བསྐྱང་བའི་མཆོན་ཉིད་དོ། ། ཞེས་དང་། རྩོ་བོ་རྗེས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔལ་ལོ་རྩེ་བའི་འཕྲུང་བར། མང་པོའི་ནང་དུ་ངག་ལ་བརྟག་ ། གཅིག་ཕུར་  
 འབྲུག་དུས་སེམས་ལ་བརྟག་ ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱ་དགོས། དེ་ལྟར་ཐུན་  
 མཆོམས་ཀྱི་བྱ་བ་བཞིའི་ནང་ནས་དབང་པོའི་སྟོ་སྟམ་པ་དང་། ཤེས་བཞིན་དུ་སྦྱོང་  
 པ་གཉིས་ནི་གཙོ་བོ་ལམ་གྱི་བོགས་འདོན་ཡིན་ཞིང་། གཞན་ཡང་བོགས་འདོན་གྱི་  
 མཆོག་དུ་གྱུར་པ་ནི་སྤྲམ་ཡིན་ཏེ། ཏེ་ལོ་པས་རྒྱ་རོ་པར། བོགས་འདོན་ཀྱན་གྱི་  
 མཆོག་གྱུར་པ། ། སྤྲམ་ཡིན་ནོ་རྒྱལ་འབྱོར་པ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་  
 གསུངས། ཟས་ཀྱི་ཆོད་རིག་པའི་སྐབས་ཟས་བཟུ་བ་དང་འཕྲོད་པའི་ཆོད་ཞེས་པ་  
 འདིའི་སྐབས་ཀྱི་འཕྲོད་པ་ནི་རང་གི་གཟུགས་གཞིར་འཕྲོད་པ་ལ་བྱེད་ཅིང་བཟུ་བ་ནི་  
 གཟུགས་བཞིར་འཕྲོད་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་མང་དུ་ཟས་ན་མ་ཟུ་བའི་ནད་བསྐྱེད་པ་ཡིན་  
 པས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་གང་འབྱུ་ཆོད་ཅམ་ལ་བཟུ་བའི་ཆོད་དུ་གསུངས་པ་ཡིན།



ཟས་ཉིན་མོངས་ཅན་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་སུ་ལྷག་འཆོ་ལྷ་པོ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་  
 ཟས་ཟམ་ཉིན་ལ་དེ་ཟོས་ན་ཐོག་མར་འཆོ་བ་མ་དག་པར་འགྱུར། དེ་ནས་སྦྱོང་པ་མ་  
 དག་པར་འགྱུར། དེ་ནས་ལྷ་བ་མ་དག་པར་འགྱུར་འགོ་སྟེ། ལྷ་བ་འདི་ནི་འཇིག་  
 ཉིན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་ཡིན། དེ་ལྷར་ཟམ་ཉིན་པའི་ལྷག་འཆོ་ལྷ་པོ་དེ་ཉིད་གོ་  
 བདེ་བར་བྱ་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཐོག་མར་ལྷག་འཆོ་ལྷའི་གངས་འདྲེན་ནི་ཁ་  
 གསག་གཞིགས་སྟོང་། རྟེན་པས་རྟེན་པ་འཆོལ་བ། ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ། ཚུལ་  
 འཆོས་ལས་བྱུང་བ་ལྷ་ཡིན། དང་པོ་ཁ་གསག་ནི་རང་ལ་རྟེན་བཀྱར་འདོད་པའི་  
 ཕྱིར་དུ་སྦྱོན་བདག་ལ་ཁ་གསག་གསག་བྱས་ནས་བྱུང་པ་དང་། གཉིས་པ་གཞིགས་  
 སྟོང་ནི། དཔེར་ན་རང་ལ་ཇ་ཡོད་ལ་མར་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་ཆོ་སྦྱོན་བདག་ཞིག་གི་  
 སར་སྦྱོན་ནས་ཐོག་མར་ཁམས་འདྲི་ལ་སོགས་པ་བྱས། དེ་ནས་སྦྱོན་བདག་གིས་  
 ཚུར་དགོ་སྟོང་ལགས་སྟེ། ཁམས་བཟང་པོ་ཡི་བྱང་ཞེས་དྲིས་པའི་ཆོ། ང་སྦྱོང་པོ་སྦྱོང་  
 པོ་བྱུང་། དེང་སང་ང་ལ་ཇ་ཡག་པོ་ཡོད་དེ་མར་ཉིག་ཅམ་དགོན་པ་འདུག་ཟེར་བ་ལྟ་  
 བུའམ། དེ་མིན་ཀྱང་དེང་སང་ང་ལ་ཇ་ལྟ་འབལ་པོ་ཡོད་དེ། ། ཞེས་མར་མེད་པ་དེ་  
 རྒྱགས་ལ་བྱངས་ནས་ཟེར་བ་སོགས་ཀྱིས་སྟོན་ནས་བྱུང་བའི་འཆོ་བ་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 ཀྱན་སྟོང་རྟེན་བཀྱར་སྦྱབ་འདོད་ཀྱི་ཟིན་པ་དགོས་ཤིང་། ཀྱན་སྟོང་འདི་ལྷག་འཆོ་  
 ལྷ་གང་སྦྱབ་ཀྱང་ངེས་པར་དགོས། གསུམ་པ་རྟེན་པས་རྟེན་པ་འཆོལ་བ་ནི། སར་  
 ཁ་བཏགས་བཏང་ནས་ཚུར་དདུལ་ཡོང་བར་བྱེད་པ་སོགས་མང་ཞིང་། ན་ནིང་གི་  
 རྟེན་པས་ད་ལྟོ་རྟེན་པ་འཆོལ་བ་ཡང་གསུངས་ཏེ། དེའི་ཚུལ་ནི། སྦྱོན་བདག་  
 ཞིག་གིས་ན་ནིང་རང་ལ་རྟེན་པ་ཅུང་ཟད་ཅིག་སྦྱོན་ཡོད་ན། ད་ལོ་ཡང་སྦྱོན་བདག་  
 དེའི་སར་སྦྱོན་ནས་ན་ནིང་བྱིས་ངེད་ལ་ཇ་མར་སོགས་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་  
 གནང་བ་ལྟགས་ཇེ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་བྱུང་། དེང་ལ་སར་ཐོགས་པ་ལ་ཆད་མེད་པ་བྱུང་།  
 ཚུན་རིང་པོའི་བར་འདིང་བྱུང་ཟེར་ནས་ད་ལྟོ་དེ་དགོས་པར་རྒྱགས་ལ་འཕངས་ཏེ་



དེ་ལོ་ཡང་ཐོབ་པར་བྱས་པའོ། བཞི་པ་ཐོབ་ཀྱིས་འཇལ་བ་ནི། དབང་ཡོད་ཀྱིས་  
 འཕྲོག་པ་དང་དབང་མེད་ཀྱིས་ཀྱང་བསྟགས་ལས་བྱུང་བ་ནམས་ལ་བཤད་ཀྱང་། དེ་  
 འདྲ་མི་འབྱུང་བའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་རང་ཅག་ལ་འབྱུང་ཉི་བ་འདུལ་བ་ནས་  
 བསྐྱེད་བསྐྱུར་དུ་བཤད་པ་དང་། དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲས་སྤྲངས་ལྟ་བུ་ལ་སྦྱོན་  
 བདག་ཞིག་གིས་བསྟེན་བཀྱར་ཁྱུ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ལ་རང་གིས་འབྲས་སྤྲངས་སུ་  
 བསྟེན་བཀྱར་ཁྱེས་པ་ཡག་པོ་རེད་དེ། འབྲས་སྤྲངས་ཆོག་སྟེ་ཆེ་བས་བྲིད་རང་ཐུགས་  
 འགྲོས་ཆེན་པོ་ཡོང་། དེ་ལས་དགེ་ལྡན་ལ་གནང་ན་ཐུགས་འགྲོས་ཡང་རྒྱུད་ལ། ཡ་  
 སྒྲ་མའི་གདན་ས་ཡིན་པས་ཡན་ཡོན་ཡང་ཆེ་བའི་བ་ལྟ་བུས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་གཞན་  
 བསྐྱེད་བསྐྱུར་དུ་བསྐྱུར་བ་དང་། སྡེ་འདི་ལྟ་བུར་ཡང་གྲ་ཆང་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་  
 བསྐྱུར་བ་དང་། སྦྱི་སོན་གྲ་ཆང་དུ་བསྐྱུར་བ་དང་། གྲ་ཆང་ནས་ཁམས་ཆན་དུ་  
 བསྐྱུར་བ་དང་། ཁམས་ཆན་ནས་མི་ཆན་དུ་བསྐྱུར་བ་དང་། དེ་ནས་རང་གི་ཤག་  
 རྩུ་ཆད་དུ་བསྐྱུར་བ་ལྟ་བུའོ། ལྷ་པ་རྒྱལ་འཆོས་ནི་ཉིད་བཀྱར་འདོད་ཕྱིར་རང་  
 ཉིད་ནམ་པར་མ་དག་ཀྱང་དག་ལྷལ་བྱས་ནས་འཆོ་བ་སྦྱབ་པའོ། དེ་ལྟར་ཐུར་ཁྱེས་  
 པའི་ཀུན་སྤྱོད་ངན་པའི་སྦྱོན་གྱིས་སྤྲགས་ན་མ་གཏོགས་སྦྱིར་བཏང་ངས་འདི་འདྲ་  
 བྱས་ན་ང་དགེ་སྤྱོད་ཡིན་པས་བྲིམ་པའི་མདུན་དུ་སྦྱོད་ངན་འདི་འདྲ་བྱེད་མི་ཉན་  
 སྟམ་པའི་སྒྲོ་ནས་བྲིམ་པ་ཡོད་སར་སྦྱོད་ལམ་སྟགས་མཛེས་པར་མཛད་པ་ནི་བྲིམ་པ་  
 དད་པའི་རྩེན་དུ་འགྱུར་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་བཀག་ལ། བཀའ་གདམས་ཀྱི་  
 དགེ་བཤེས་ལྟ་བུ་སྤྱོད་ཀྱང་། འདི་ནི་ངོ་ཆ་འདྲེན་པར་བྱེད་པའི་ཆོས་ཡིན་གསུངས་  
 བསྐྱེད་བསྐྱུར་པ་མཛད་འདུག་གསུངས། ཡང་སྦྱོན་མཆོམས་ཀྱི་བྱ་བ་བཞིའི་ནང་  
 བསྐྱེད་བསྐྱུར་ཀྱིས་སྦྱོད་ལམ་དང་མི་ཉལ་བར་ནལ་འབྱོར་ལ་བཙོན་ཞིང་ཉལ་བའི་ཆོ་ངི་  
 ལྟར་བྱ་བ་གཉིས་པོ་འདི་ནི་གཉིས་སེལ་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཏེ། རང་རྟེན་རྒྱན་དུ་བསྐྱེད་བསྐྱུར་  
 གཉིད་གཉིས་པོ་འདིས་མི་ཆོ་པལ་ཆེར་སྦྱོང་བྱེད་ལ་གཏོང་བ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་དགེ་



སྐྱུར་དུ་བསྐྱུར་ན་དེ་ལས་གཤམ་སེལ་ཆེ་བ་ཅི་ཡོད། ཟས་འདི་ཡང་ང་རང་ཆོས་བླ་  
 ཚུལ་ལེགས་པར་མ་ཤེས་ན་ཉེས་བྱས་མང་པོས་གོས་པར་འགྱུར་ཏེ། ཅུག་ཅུག་ཅག་  
 ཅག་དུ་དུ་ཕུ་ཕུ་དང་། ། ལྷེ་ཕྱིར་ཕྱང་ལྷེ་བའི་ཉེས་བྱས་ལྷ། ། འབྲུ་ནས་རེ་རེ་བྱ་  
 དང་བས་ལ་འབྲུ། ། མཐུར་བ་གཡས་གཡོན་སྤྱོད་དང་རྒྱ་གཏོག་ ། ཁམ་འཕྱོ་  
 བཅད་ནས་བྱ་དང་རྒྱུ་པ་ལྷ། ། བལྟ་དང་འབྱོག་དང་ལག་སྒྲུལ་ལྷང་བཟེད་  
 སྐྱུམ། ། མཆོད་ཉིན་འདྲ་བའི་བས་གཞོམ་རྒྱུ་པ་ལྷ། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་བས་ལ་བཞེན་པའི་ཉེས་བྱས་མང་པོ་བྱང་བ་ཡོད་གསུངས། དེ་ལྟར་ན་དངོས་  
 གཞིའི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱོང་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་པ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྟེ།  
 དངོས་གཞིའི་སྐབས་ཀྱི་སྐྱོང་ཚུལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ནི་དལ་འབྱོར་དང་འཆི་བ་མི་  
 ཉག་བསྐྱེམ་པ་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་ནི་སྐྱུར་དངོས་རྗེས་གསུམ་ཐུན་མཚམས་དང་  
 བཅས་པའི་བྱ་བའི་རིམ་པ་ཐམས་ཅད་ལྟག་མཐོང་གི་བར་དུ་རིགས་འགྲེ་བ་ཡིན་  
 གསུངས། ཡང་སྐབས་འདིར་དགག་བྱ་བཞི་ཡོད་དེ། སྐྱེམ་ལ་དཔུང་འཛོག་གཉིས་  
 མེད་པར་འདོད་པའི་ལྟ་རྟོག་ ཡོད་ཀྱང་གང་ཟག་གཅིག་གིས་མི་བྱེད་པར་འདོད་  
 པའི་ལྟ་རྟོག་ རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མཆོད་འཛོལ་དུ་འདོད་པའི་ལྟ་རྟོག་ ཉིང་ངེ་  
 འཛོལ་སྐྱེ་བའི་སྤྱོད་ལ་དཔུང་བསྐྱེམ་མང་ན་གཤམ་སྟེ་འདོད་པའི་ལྟ་རྟོག་རྒྱམས་  
 སོ། དང་པོ་ལ། གཞན་ལྷགས་དགག་པ་དང་། རང་ལྷགས་བཞག་པ་གཉིས་ལས།  
 དང་པོ་སྟོན་པ་ལ། མདོ་སྤྱི་རྒྱུ་ལས། འདི་ན་དང་པོར་ཐོས་ལ་བཞེན་ནས་ཚུལ་  
 བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་འབྱུང་། ། ཚུལ་བཞིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་ཀྱང་ཡང་དག་  
 དོན་ལུ་ཡེ་ཤེས་འབྱུང་། ། ཞེས་པ་ནས་མི་དཔྱོད་པར་ཅེ་གཅིག་དུ་འཛོག་པའི་  
 འཛོག་སྐྱེམ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། གཉིས་པ་རང་ལྷགས་བཞག་  
 པ་དེ་སྟོན་པ་ལ། འོ་ན་ལམ་ངེ་འདྲ་བཞིག་དཔུང་སྐྱེམ་ཡིན་ལ་ངེ་འདྲ་བཞིག་འཛོག་  
 སྐྱེམ་ཡིན་ཞེ་ན་ཞེས་པ་ནས་དེ་ལ་ནི་འཛོག་སྐྱེམ་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་བར་གསུངས།



ལོག་རྟོག་གཉིས་པ་སྒྲིམ་ལ་དཔུང་འཛོག་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་གང་ཟག་གཅིག་གིས་མི  
 བྱེད་པར་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་དེ་སྟོན་པ་ལ་ཚུལ་དེ་ལྟར་མི་ཤེས་པར་  
 མཁས་པ་ཡིན་ན་དཔུང་སྒྲིམ་ཁོ་ན་བྱ་ལ། ཞེས་པ་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐབས་མིན་ནོ་  
 སྒྲིམ་དུ་འཛིན་པ་མི་རིགས་ལ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། གསུམ་པ་རྟོག་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཆོད་འཛིན་དུ་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་པ་དེ་སྟོན་པ་ལ། རྟོག་པ་ཐམས་  
 ཅད་མཆོད་མར་འཛིན་པ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ལ་གཤམ་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་དུ་འཛིན་པ་  
 བྱི། ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་བདེན་འཛིན་གྱི་རྟོག་པ་དང་། ཚུལ་བཞིན་ཡིད་བྱེད་ཡང་  
 དག་པའི་རྟོག་པ་གཉིས་མ་བྱེད་པའི་སྒྲིམ་ནོ། ཞེས་པ་འདི་གསུངས། བཞི་པ་ཉིང་  
 དེ་འཛིན་སྒྲིམ་བའི་ཐུ་རོལ་དུ་དཔུང་སྒྲིམ་མང་ན་གཤམ་སུ་འདོད་པའི་ལོག་རྟོག་དགག་  
 པ་དེ་སྟོན་པ་ལ། གདམས་ངག་འདིར་སེམས་དམིགས་པ་གཅིག་ལ་རྗེ་ལྟར་འདོད་  
 འདོད་དུ་བཞག་པས་ཆོག་པའི་མི་རྟོག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སྐབ་དགོས་ལ། ཞེས་པ་  
 བས། རྟོན་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་པའི་སེམས་པ་གཡེང་བ་ཡིན་པས་  
 དེའི་གཉེན་པོར་སྒྲིམ་པས་བཟུགས་པར་གཞུང་དུ་མ་ནས་གསུངས་པའི་བྱིར་རོ། ཞེས་  
 པའི་བར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་སྒྲིམ་ལ་ཉེ་བར་བྱེད་པར་བཤད་པ་ཡང་།  
 སྒྲིམ་ལ་ལྟས་ཉེ་བར་བྱེད་པ་མིན་གྱི་སེམས་ཉེ་བར་བྱས་ཉེ་དད་པ་བཅས་མ་མ་ཡིན་པ་  
 བསྒྲིལ་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། དལ་འབྱོར་ངོས་བབྱང་བའི་སྐབས་སུ།  
 མདོ་སྤྱད་པ་ལས། བྱིམས་ཀྱིས་དུད་འགྲོའི་འགྲོ་བ་དུ་མའི་ངོ་བོ་དང་། ། མི་ཁོ་མ་  
 བརྒྱད་སྤྱང་དེ་ཡིས་དལ་བ་རྟག་དུ་རྟོན། ། ཅས་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱིས་དུད་འགྲོའི་འགྲོ་བ་  
 དུ་མའི་ངོ་བོ་ལས་ཐར་བར་གསུངས་པའི་དུད་འགྲོ་ནི་མཆོད་བྱེད་ཅམ་ཡིན་ཉེ་མི་  
 ཁོ་མ་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལས་ཐར་བར་གསུངས་པ་ཡིན། དལ་འབྱོར་ངོས་  
 བབྱང་བ་འདི་ཡང་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། རང་རེ་རྗེས་འབྲུག་སྒྲིལ་དམན་ནམས་དལ་  
 འབྱོར་དོན་ཆེ་རྟོན་དཀའ་བསམ་པ་ལ། གང་དོན་ཆེ་རྒྱ་དང་གང་རྟོན་དཀའ་རྒྱའི་



དལ་འབྱོར་ཁོ་རང་ངོས་ཟིན་པ་དགོས་པས་ས་བཅད་ལྷགས་སུ་མཛད་པ་ཡིན། དེ་  
 ལ་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་ལས་དལ་བ་ནི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་  
 བའི་ཆ་ནས་བཞག་པ་ཡིན་པས་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་ནི། ཡུལ་མཐའ་  
 འཁོབ་པ། དབང་པོ་མ་ཆང་བ། ལྷག་ལྟ་ཅན། རྒྱལ་བའི་བཀའ་མེད་པ་སྟེ་མིའི་  
 མི་ཁོམ་པ་བཞི། ངན་སྤང་གསུམ་དང་ལྟ་ཆེ་རིང་པོ་བཞི་མི་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁོམ་པ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་རང་མཐའ་འཁོབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། སྤྱིར་ཡུལ་འདིར་འཁོར་ནམ་བཞི་  
 མི་རྒྱ་ཁིང་ས་ཆོགས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཡང་མཐའ་འཁོབ་ཡིན་མོད་ཀྱང་འཁོར་ནམ་  
 བཞིའི་གཙོ་བོ་དག་སྤྱང་ཤིན་ཏུ་མང་བ་སོགས་ཀྱིས་མཐའ་འཁོབ་ཁྱེགས་པ་ཡིན།  
 དབང་པོ་མ་ཆང་བ་ནི་སྟོན་པ་དང་ལྷག་པ་དང་། རྒྱ་བ་སོགས་མ་ཆང་བ་རྣམས་ཡིན་  
 ལ། འདིའི་སྟོན་པ་ནི་ཡོད་དབང་ལ་སྟོན་ཞུགས་པ་དང་། ལྷག་པ་ནི་ངག་ལ་སྟོན་  
 ཞུགས་པ་ཡིན། ཡང་ཆོས་སྟོན་པ་པོ་དང་། དེས་བསྟན་པའི་ཆོས་དང་། དེ་སྐབ་  
 པའི་གྲོགས་མེད་པ་ནི་ཡུལ་འདིར་སྤྱོད་ཀྱང་མཐའ་འཁོབ་པ་རང་ཡིན་གསུངས། ལྟ་  
 ཆེ་རིང་པོ་ནི་བཤེས་སྤྱངས་འགྲེལ་པར་ཞེས་གསུངས་པའི་བཤེས་སྤྱངས་འགྲེལ་པ་ནི་  
 སྤྱོད་དཔོན་སྟོ་གྲོས་ཆེན་པོས་མཛད་པ་ཡིན། མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་རྒྱས་  
 པར་ནི་རྩ་བོས་མཛད་པའི་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཀྱི་གཏམ་ཅེས་པ་ཆོས་རྒྱུད་བརྒྱ་ཅའི་  
 བང་དུ་ཡོད་པ་ལས་གསལ་བ་ཡིན། འདི་དག་ནི་བྱུན་སྦྱོང་བའི་སྐབས་སུ་ངེས་པར་  
 དགོས་པའི་མན་ངག་བྱུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཤ་སྟག་ཡིན། ལྷག་ལྟ་ནི་ཤེས་རབ་ཆེ་ཡང་  
 བསོད་ནམས་ཤིན་ཏུ་དམན་པ་ལ་འབྱུང་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡིན། ངན་སྤང་གསུམ་  
 གྱི་མི་ཁོམ་པ་དང་ད་ལྟ་བྲལ་ཡང་། བདག་སྤྱིག་པ་མང་ཁིང་སྟོབས་ཆེ་བས་ངེས་པར་  
 དེར་ལྷུར་དུ་འགྲོ་བར་འདུག དེར་སྤང་ན་སྦྱོང་འཇུག་ལས། བདག་གི་སྦྱོང་པ་  
 འདི་འདྲས་ནི། ། མི་ཡི་ལུས་ཀྱང་ཐོབ་མི་འགྱུར། ། མི་ལུས་ཐོབ་པར་མ་ལྷུར་  
 བ། ། སྤྱིག་པ་འབའ་ཞིག་དག་བ་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། སྟོན་



ལྷན་བྱིན་གྱི་སློབ་མ་གོ་ཀ་ལིག་དཔུལ་བར་སྦྱིས་པ་ན་མོ་འགལ་གྱི་བྱ་ཆེན་པོ་དཔུལ་  
 བར་བྱོན་པས། དེའི་ལྷེ་ཕྱིར་བཏོན་ཏེ་བརྒྱུད་ས་ནས་བཞག་འདུག་པར། ལྷེའི་  
 རྟེན་དུ་ཕེབས་མི་ཆར་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་བ་དེས་མཐོང་སྟེ་སྤྱག་བཟུལ་དྲག་པོ་དེ་འདྲ་སྟོང་  
 བཞིན་པའི་དུས་སྤྱི་ཡང་སྟོན་ནས་སྤིག་པ་ལ་གོམས་པའི་དབང་གིས་མོ་འགལ་གྱི་བྱ་  
 ལ་གནས་ངན་ལེན་གཏུག་པ་ཅན་འདི་འདི་ན་ཡང་སྟེབ་འདུག་ཅེས་སྒྲུས་པས་དེ་མ་  
 ཐག་ལྷེ་ཉིས་འགྱུར་དུ་སོང་ནས་དེའི་རྟེན་ཐོང་གཤོལ་གྱིས་སྟོན་བ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་  
 འདུག་སྟུམ་དུ་བསམས་དགོས་གསུངས། ཡང་རང་ཅག་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་ཅུང་  
 ཟད་བྲལ་ཡང་མི་ཁོམ་པ་གཞན་གི་འོག་དུ་ཐོན་ནས་ཡོད་དེ། སྟོན་ཀྱལ་བྱེད་ཆལ་གྱི་  
 དགེ་སྦྱང་འགའ་ཞིག་གིས་ཆོས་མི་བྱེད་པ་ན། ཀྱལ་བྱེད་ཆལ་གི་བྱིམ་བདག་རྣམས་  
 ལ་འཕགས་པ་འགའ་ཞིག་གིས། བྱེད་ཅག་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བའི་རྟེན་  
 འདི་འདྲ་ཐོབ་པའི་དུས་སྤྱི་ཆོས་བྱེད་དགོས་གསུངས་པས་བྱིམ་བདག་གིས། མི་ཁོམ་  
 པ་བརྒྱད་དང་བྲལ་ན་ཡང་སྤྱི་ལ་ཡང་མེད་པའི་མི་ཁོམ་པ་དགྲ་པ་ཞིག་འདུག་ཅེས་  
 བྱས་པ་ཡིན་འདུག དེ་ནི་བདག་ཆོས་པར་བརྟུན་ནས་ཆོས་བྱེད་པར་ཅུང་ཟད་ཀྱང་  
 མི་ཁོམ་པ་འདི་ཁ་ཡིན་སྟུམ་དུ་བསམས་གསུངས། འབྱོར་པ་ལ་རང་འབྱོར་ལྟ་དང་  
 གཞན་འབྱོར་ལྟ་སྟེ་བརྟུ་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། མི་ཡིན་པ། ཡུལ་དབུས་སྤྱི་བ།  
 དབང་པོ་ཆང་བ། ལས་མཐའ་མ་ལོག་པ། གནས་ལ་དད་པ་རྣམས་སོ། དེའི་ལས་  
 མཐའ་མ་ལོག་པ་ནི་རང་གིས་མཆོམས་མེད་མ་བྱས་ཤིང་། གཞན་ལ་བྱེད་དུ་མ་  
 བརྟུག་པའོ། གནས་ལ་དད་པ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་དང་ལྡན་པ་  
 སྟེ་ལས་འབྲས་འདུལ་བའི་བརྗོད་བྱའི་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་འདིར་འདུལ་བ་ལ་དད་པ་  
 གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་རང་འབྱོར་ཡིན་ཚུལ་ནི། ལམ་སྒྲིམ་པ་པོ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་  
 བསྐྱུས་ཤིང་ཆོས་སྦྱབ་པའི་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཡིན། གཞན་འབྱོར་ལྟ་  
 ནི། སངས་རྒྱས་བྱོན་པ། དམ་ཆོས་སྟོན་པ། བསྟན་པ་གནས་པ། ཆོས་གནས་



པའི་རྗེས་སུ་འབྱུག་པ། གཞན་གྱི་ཕྱིར་སྤྲོད་བཅེ་བའོ། དེའི་སངས་རྒྱུ་ཕྱོན་པ་ནི་  
 མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་ལ་སངས་རྒྱུ་ནས་བཞུགས་བཞིན་པ་ཡིན།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་འདི་ལ་རྟོགས་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྤྲོད་པོ་དང་། གནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སྤྲོད་པོ་གཉིས་ཡོད། དམ་ཆོས་སྟོན་པ་ནི་སངས་རྒྱུ་དང་དེའི་ཉན་ཐོས་གང་  
 རིགས་ཀྱིས་ཆོས་སྟོན་པ་ཡོད་པ། བསྟན་པ་གནས་པ་ནི། ཆོས་བསྟན་པ་དེའི་མཐུ་  
 ལས་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྦྱིས་པ་ཡོད་པ། དེའི་རྗེས་སུ་འབྱུག་  
 པ་ནི། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་དེས་རང་འདྲ་བར་སྦྱོ་བོ་གཞན་ལ་ཡང་  
 མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་མཐུ་ཡོད་པར་ཤེས་ནས་དེ་དང་མཐུན་པའི་གདུལ་བྱ་སྦྱོང་བ་  
 ཡོད་པ། གཞན་ཕྱིར་སྤྲོད་བཅེ་བར་བྱེད་པ་ནི། སྦྱོན་བདག་སོགས་ཀྱི་རང་ལ་སྤྲོད་  
 བཅེ་བས་ཡོ་བྱད་གང་ཡང་རུང་བ་སྟེར་མཁན་ཡོད་པ་རྣམས་ཡིན། དེ་དག་རང་ལ་  
 མ་ཆང་ཡང་ཆ་མཐུན་ཡོད་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱུ་དང་འདྲ་བའི་སྤྱུ་མ་བྱོན། དེས་  
 ཆོས་བསྟན། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་ཐུགས་ཉམས་སུ་བཞེས་ཏེ་རྟོགས་པ་འབྱུངས་པ་  
 ཡང་ཡོད། རྟོགས་པ་འབྱུངས་པ་དེས་གདུལ་བྱ་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་ཡོད། རང་ལ་ཡོ་  
 བྱད་སྟེར་བའི་སྦྱོན་བདག་ཀྱང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་སྤྲོད་པ་དེས་མ་དགོས་གསུངས། ཡང་  
 འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་སྦྱོང་དང་བྱུང་པར་དགོས་སྤྲོད་ཡིན་ན་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་བཅུ་གསུམ་  
 དེས་པར་ཆང་དགོས་ཏེ། དེ་མ་ཆང་ན་གཞན་གང་ཡོད་ཀྱང་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་དེ་མ་  
 ཆང་། དེ་ཆང་ན་གཞན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་འཆོ་བའི་ཡོ་བྱད་ཆང་བ་ཡིན་ཅིང་མ་  
 ཆང་ན་འཆོ་བས་འཕོངས་པ་ཡང་ཡིན་ལ་ཉེས་པ་ཡང་ཆེ་སྟེ། བཅོམ་ལྷན་འདས་  
 ཀྱིས། དགོས་སྤྲོད་དག་འཆོ་བས་འཕོངས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སེར་རྩ་བགྱིས་པའོ།  
 སེར་རྩ་བགྱིས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་བགྱིས་  
 པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བའི་སྐབས་སུ། སྤྲོབ་  
 སྤྲིངས་ལས། བདེ་གཤེགས་ལམ་རྟེན་འགྲོ་བ་འདྲེན་པར་ཆས་གྱུར་ཅིང་། ། སེམས་



གྲིས་སྟོབས་ཆེན་མི་ཡིས་རྟེན་པ་གང་ཡིན་པ། ། ལམ་དེ་ལྟ་དང་སྤྱུ་ཡིས་རྟེན་མིན་ལྟ་  
 མིན་དང་། ། མཁའ་ལྡིང་རིག་འཛིན་མིའམ་ཅི་དང་སྟོ་འབྲེས་མིན། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་ཡང་མིའི་རྟེན་ལ་སྦྱེས་པ་འདྲ་བའི་  
 སྟོབས་ཆེ་བ་ལྟ་དང་སྤྱུ་ལ་སོགས་པའི་རྟེན་གཞན་དེ་དག་ལ་སྦྱེ་བ་མེད་པར་གསུངས་  
 ཤིང་དེའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་མི་ལུས་ཁོ་ན་བསྐྱགས་པ་ཡིན། མིའི་ནང་  
 རས་འཛམ་བྱ་གླིང་བའི་མི་རྣམས་བསྐྱགས་ཏེ། བདེ་མཆོག་སྟོམ་འབྱུང་གི་རྒྱུད་ལས།  
 གླིང་གསུམ་པོ་ཡི་མི་རྣམས་ནི། ། ལོངས་སྦྱོང་ཆེན་པོ་དག་གིས་འཆོ། ། རྣམ་རྟོག་  
 མེད་ཅིང་རྣམ་དཔྱོད་མེད། ། ལྷན་མོངས་བྱེ་བྲག་མི་བྱེད་པའོ། ། འཛམ་བྱ་གླིང་པ་  
 ལས་ཀྱི་འཆོ། ། ལས་ཀྱི་ས་པ་ཞེས་སུ་གྲགས། ། ཞེས་གླིང་གཞན་གསུམ་ན་ལོངས་  
 སྦྱོང་ཆེན་པོ་ཡོད་པའི་དབང་གིས་དགེ་བ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་རྣམ་པར་དཔྱོད་  
 པ་གང་ཡང་མེད་པར་གསུངས་པས་ང་རང་མིའི་ནང་རྣམས་འཛམ་གླིང་འདིར་སྦྱེས་པ་  
 གོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟམ་པ་དགོས་གསུངས། དེ་ཡང་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་བསམ་པ་ནི་  
 སྦྱོབར་འཁྱར་བའི་ཡིད་བྱེད་དང་། རྟེན་དཀའ་བ་བསམ་པ་ནི་སྦྱོབར་འཁྱར་བའི་  
 ཡིད་བྱེད་ཡིན་གསུངས། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་དེས་ན་ད་རེས་བདག་གི་དོན་ཆེན་  
 པོ་འདི་འདྲ་རྟེན་པ་འདི་ཆེ་འདིའི་བྱ་བ་ལ་བཀོལ་ན་ནི་མིའི་གཟུགས་བརྟན་ཙམ་  
 ལས་དོན་དུ་དུད་འགོ་ལས་མ་འདས་ཏེ། བྱམས་བསྟོད་ཆངས་པའི་ཅོད་པམ་དུ།  
 མི་ཡི་ཤ་རྒྱུགས་ལྷགས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་ཙན། ། བདག་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་བྱགས་རྗེས་གཟིགས་སུ་  
 གསོལ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་སྟམ་དུ་བསམ་དགོས་གསུངས། ཆེ་འདིའི་  
 དག་འདུལ་གཉེན་སྦྱོང་ལ་དུད་འགོ་ཡང་ཤིན་ཏུ་མཁས་ཏེ། སྟོན་པོ་རྟོ་བ་འཕན་  
 ཡུལ་བྲག་རྒྱབ་ཏུ་བཞུགས་པའི་སྐབས་ཤིག བྱ་རོག་དང་འུག་པ་མ་འགྲིག་པར་ཉིན་  
 མོ་བྱ་རོག་རྒྱལ། མཆོན་མོ་འུག་པ་རྒྱལ་བས་ནམ་ཞིག་ན་བྱ་རོག་རྣམས་ཀྱིས་འུག་  
 པའི་སྤུ་གྱ་བསད་ནས་སྤྱིང་བཏོན་ཏེ་རྫོ་ལེབ་ཞིག་གི་སྤྱིང་དུ་བཞག་པ་འུག་པས་



མཐོང་བ་ན། ཡང་འུག་པ་ནམས་ཀྱིས་བྱ་རྒྱ་གི་ཕྱ་གྲུ་བསད་དེ་སྤྲོད་བཏོན་ནས་རྩི་  
 རེབ་དེ་ཁ་རང་གི་སྤྲོད་དུ་བཞག་པ་ཡིན་འདུག་སྟུང་དུ་བསམ་དགོས། ཡང་ད་རེས་  
 བདག་གིས་ཆོས་རྣམ་དག་ཞིག་མ་བྱས་ན་བདག་རིག་སྤྲུགས་ཀྱིས་སེམས་ཚྡངས་པར་  
 བྱས་པ་དང་བྱད་པར་མ་བྱད་བ་ཡིན་འདུག་སྟུང་དུ་བསམ་དགོས། ཡང་ལུས་རྟེན་  
 འདི་དོན་ཆེ་བས་ཅི་ཡོང་། སེམས་རྟེན་དུང་འགྲོ་དང་བྱད་པར་མེད་པར་སོང་  
 འདུག་སྟུང་དུ་བསམས། དེ་ཡང་དཔེར་ན་ཟངས་ཀྱི་ཕ་བོང་བྱེ་མའི་རི་སྤྲོད་ནས་  
 ཡར་གྱུན་དུ་བྲངས་ཏེ་རི་ཚེར་སྤྲོབས་ན་ཕ་རོལ་གྱི་ཐང་བདེ་བར་འདྲེན་པ་ལ་དཀའ་  
 བ་ཅི་ཡང་མེད། དཔེ་དེ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་རྣམས་ཀྱི་རྟེན་ཟངས་ཀྱི་ཕ་བོང་འདྲ་བ་  
 དེ་ངན་སོང་གི་གཡང་ས་ནས་ལན་ཅིག་ཐར་ཏེ་དལ་འགྱུར་རི་སྤྲོད་དུ་སྤྲོབས་པ་འདི་  
 སྤྲོད་ཡང་གཡང་དུ་མི་སྤྲོལ་པར་གྱུན་དུ་འདྲེན་གང་ཐུབ་དང་། ཇི་སྟེ་གྱུན་དུ་འདྲེན་  
 མ་ཐུབ་ཀྱང་ཐུར་དུ་མ་གཤོར་བར་བྱེད་པའི་དུས་ཡིན། གྱུན་དུ་འདྲེན་པ་ཡང་  
 ཆོགས་སྤྱོད་ཀྱིས་ནས་ཡིན་པས། དེ་ལྟར་བྲངས་ཏེ་མཐོང་ལམ་རི་ཚེ་དང་འདྲ་བ་  
 དེར་སྤྲོབ་ན་ཕ་རོལ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་ཐང་བདེ་བར་འདྲེན་མི་  
 དགོས་པར་རང་འུགས་ཀྱིས་འགྲོལ་ཡོང་གསུངས། བདེ་འགྲོའི་རྟེན་འདིར་ཆོས་  
 ཞིག་མ་བྱས་ན་ངན་འགྲོར་སྤྲོས་དུས་ཆོས་ཤེས་ཀྱང་བྱ་དབང་མེད་དོ། སྤར་ཕོད་  
 མདོའི་གནས་བརྟན་ཞིག་ཡི་དྲགས་སུ་སྤྲོས་ཏེ་མི་ཁོག་དུ་བརྒྱམས་ནས་ཆོས་མང་པོ་  
 ཤོད་པ་ལ། ད་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ཤེས་པ་དེ་བྱེད་དགོས་པས། དེ་ན་རེ། སྤར་མའི་  
 དུས་སུ་ཆོས་མ་བྱས་པར་ད་ཆོས་བྱེད་འདོད་ཀྱང་བྱ་དབང་རང་མི་འདུག་ཟེར། དེ་  
 བཞིན་དུ་སྤྲོད་འདུག་ལས། ཤིན་དུ་རྟེན་དཀའ་ཕན་པའི་ས། ། ཅི་ཞིག་ལྟར་ཏེ་  
 རྟེན་གྱུར་ནས། ། བདག་ཉིད་ཤེས་དང་ལྡན་བཞིན་དུ། ། ཕྱིར་ཡང་དམུལ་བ་དེར་  
 བྲིད་ན། ། སྤྲུགས་ཀྱིས་ཚྡངས་པར་བྱས་པ་བཞིན། ། བདག་ལ་འདིར་སེམས་མེད་  
 དུ་ཟད། ། ཅིས་ཚྡངས་བདག་ཀྱང་མ་ཤེས་ཏེ། ། བདག་གི་ཁོང་ན་ཅི་ཞིག་



ཡོད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ཡང་བསམ་དགོས་གསུངས། ཡང་ད་རེས་ཆོས་སྤྱོད་དང་  
 བྱང་པར་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་ཕྱི་ལ་འཛེམ་པ་གལ་ཆེ་སྟེ། དེ་ནི་མདོ་  
 ལས། མི་ཞིག་གིས་འཛེམ་བྱ་གྲིང་གི་མཚོན་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིག་  
 གཉིས་ཀ་བཏོན་ནས་བཅོན་དུ་བབྱུང་ན་དེ་ཕྱི་ལ་ཆེའམ། དེ་ལ་མི་གཞན་ཞིག་  
 གིས་ཐམས་ཅད་བཅོན་ནས་བཏོན་ཏེ་མིག་གཉིས་ཀ་བྱིན་པར་གྱུར་ན་དེ་བསོད་  
 ནམས་ཆེའམ། དེ་ལས་ཀྱང་ལས་ལ་འབྲས་བྱ་ཡོད་པར་བལྟས་ནས་ངེ་ལྟ་བ་བཞིན་  
 འཛེམ་པར་བྱས་ན། ཞིང་དང་བསམ་པ་དང་རྟེན་དང་དངོས་པོ་དང་དུས་ཀྱི་སྒོ་  
 ནས་ཆེས་ལྷུང་བྱེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕན་ཡོན་ཆད་མེད་པ་ཡོད་པ་ལ་  
 ཡིད་ཆེས་པར་བྱས་ལ་ལག་དུ་ལེན་དགོས་ཏེ། དེ་ཡང་ཞིང་སྤྱོད་མ། བསམ་པ་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས། རྟེན་རང་ཉིད་སྣོན་པ་དང་ལྟན་པ་དངོས་པོ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཟང་  
 ཟེང་མེད་པ། དུས་བསྟན་པ་ལ་སྒྱུན་ཡོད་པའི་དུས་སྟུ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བ་ཡིན། ཕྱི་མ་  
 འདིའི་ཤེས་བྱེད་ནི། བཅོམ་ལྟན་འདས་ཀྱིས། བྱང་ཤར་གྱི་སངས་རྒྱས་དབང་  
 ལྷག་རྒྱལ་པོའི་ཞིང་དུ་ཆུལ་བྱིས་པ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱུངས་པ་ལས་ཞིང་འདིར་བསྐྱབ་  
 པ་སྣ་གཅིག་བསྐྱུངས་པ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་གསུངས་པས་འདིར་ཡང་སྟོན་པ་ཞལ་  
 བཞུགས་དུས་བསྐྱབ་པ་ཡོངས་རྫོགས་བསྐྱུངས་པ་ལས། དེང་སང་དུས་ངན་པའི་  
 མཐའ་འདིར་བསྐྱབ་པ་སྣ་གཅིག་བསྐྱུངས་པ་ཕན་ཡོན་ཆེ་བར་རིགས་པས་འགྲུབ་པ་  
 ཡིན་གསུངས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བའི་སྐབས་སུ། ལྷང་གི་སྒོ་ནས་རྟེན་  
 དཀའ་བ། རིགས་པའི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བ། དཔེའི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བ་  
 གསུམ། དང་པོ་ལ། བཀའ་ལས་གསུངས་ཆུལ་དང་། བསྟན་བཅོས་ལས་  
 གསུངས་ཆུལ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཤེར་བྱིན་གྱི་མདོ་ལས། མིར་གྱུར་པ་ནི་རྟེན་  
 པར་དཀའོ། དལ་བ་ཤུན་སུམ་ཆོགས་པ་ནི་རྟེན་པར་དཀའོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 དང་། སོ་ཐར་གྱི་མདོ་ལས། སངས་རྒྱས་ཞེས་བྱའི་སྤྱོད་པ་འདི་ཡང་། ། འཇིག་རྟེན་



དག་ན་མེན་ཏུ་དཀོན། ། མི་ཉིད་རྟེན་པ་མེན་ཏུ་དཀོན། ། རབ་ཏུ་བྱུང་བ་འང་མེན་  
 ཏུ་དཀོན། ། ཞེས་དང་། ཆོས་བསྐྱུགས་ཀྱི་མདོ་ལས། དག་སྤྱོད་དག་མེས་པ་ནི་  
 འགྲིབ། སྤྱོད་ནི་ཆད། ཆེད་འདུ་བྱེད་ནི་འདོར། སྤྱོད་པའི་བསྟན་པ་ཡང་ངེས་  
 པར་འཇིག་པར་འགྱུར་ན། ཅིའི་ཕྱིར་བཙོན་འགྱུས་དང་བརྟུལ་བ་བརྟན་པོས་སྦྱབ་  
 པར་མི་བྱེད། མའི་ལུས་ནི་མེན་ཏུ་རྟེན་པར་དཀོན་ན། དེ་ཐོབ་ནས་དེ་རྟེན་པའི་  
 རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་ལ་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཡང་རྟེན་ནས་ཐར་པའི་དོན་དང་མི་མཐུན་པ་  
 དག་གིས་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྱོད་བསྐྱུས་བར་གྱུར་ཏེ་དག་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་དང་བྲལ་ཤིང་ཤི་  
 བ་ནི་སྤྲོ་ཡི། ཚུལ་བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་པས་ནི་དེ་ལྟ་མ་ཡིན་ནོ། དེ་ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་  
 བ། སྤྱོད་དང་བྲལ་ཞིང་ཤི་བས་ནི་ཆེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་སྦྱེ་བ་ཟད་པར་འགྱུར་གྱི། ཚུལ་  
 བྲིམས་ཉམས་ཤིང་ཞིག་པས་ནི་སྦྱེ་བ་འབྲམ་སྤྱོད་བརྟུལ་བར་དུ་རིགས་དང་བྲལ་ཞིང་  
 བདེ་བ་སྤངས་ཏེ་རྣམ་པར་རྟུང་བ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་འགྱུར་རོ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་དགོས་གསུང་ངོ་། ། །



## ཉིན་བཅུ་གསུམ་པ།

སྒྲིབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་སྒྲུབ་ཀྱིས་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྦྱོང་བཟང་པོ་ལ་སྤྲོད་པའི་  
བཤེས་སྤྲངས་ལས། གང་ཞིག་གསེར་སྦྱོང་རིན་ཆེན་སྤྲས་པ་ཡིས། ། ངན་སྒྲུགས་  
འཕྱག་པར་བགྱིས་པ་དེ་བས་ཀྱང་། ། གང་ཞིག་མི་རུ་སྦྱེས་ནས་སྤྲིག་པའི་ལས། །  
བགྱིད་པ་དེ་ནི་ཆེས་རབ་སྒྲུན་པ་ལགས། ། ཞེས་པའི་ལྷང་འདྲེན་དང་བཅས་སྦྱོན་  
འགྲོའི་གསུང་བཤད་དང་། དེ་ནས་ཁ་སང་གི་ལྷགས་བཤད་ལ་བསྐྱར་བཤད་ཀྱི་  
སྐབས། ཆོས་བྱེད་པ་ལ་ཡིད་སྦྱོབ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ནི་རང་ཅག་འཇམ་བྱ་  
སྤྲོད་པ་ལ་ཡོད་པ་འདྲ་བ་གཞན་ལ་མེད་དེ། རང་ཅག་ལ་ལོངས་སྦྱོང་ཆེ་མ་དྲགས་  
པས་སྦྱོབ་དང་། ཆེ་རིང་མ་དྲགས་པས་སྦྱོབ་གཉིས་ཆང་ཡོད། དེ་ལྟར་ཆང་བའི་  
དུས་འདིར་སེམས་ལ་སྦྱོབ་སྦྱོབ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་པོ་ཉོ་བས། ད་ལྟ་རང་ཅག་གིས་དལ་  
འབྱོར་གྱི་ཆོས་སྒྲིབ་བཤད་པ་འདི་གང་དང་འདྲ་ན་བྱིས་པའི་ཀ་ཁ་དང་འདྲ། དལ་  
འབྱོར་རྟེན་དཀའ་འདི་ཡང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་མང་དུ་སྦྱ་སྟེ། སེམས་ངོ་མ་འཕྲོད་  
པས་ལན་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་བྱིས་པའི་ཀ་ཁ་རྒྱན་རིང་སྟོག་ནས་རང་རེ་  
ལས་མགྱོགས་པར་འདོན་སྒྲུབ་ཀྱང་ཡི་གེ་རེ་རེ་ནས་མཇུག་མོ་འཇུགས་རྒྱ་མེད་པ་ལྟ་  
བུར་རང་ཅག་ཀྱང་འགྲོ། དེ་གང་གིས་ལན་ན་ཆོས་དང་སེམས་མ་འཕྲོད་པས་ལན་  
སྟམ་པ་བྱེད་དགོས། དལ་འབྱོར་འདི་ལ་དགེ་བཤེས་སྒྲུན་ལྷ་རིན་ཆེན་འདྲ་བ་  
དགོས་ཏེ། ཁོང་གིས་ལོ་བཅུ་གསུམ་གྱི་བར་དུ་དལ་འབྱོར་འདི་བསྒྲུབ་པས་ཉོགས་  
པ་ཁྱད་པར་ཅན་འབྱུངས་ཏེ། ཤམ་ཐབས་ལ་ལྟན་པ་རྒྱག་འདོད་ཡོད་ཀྱང་དལ་  
འབྱོར་རེ་དྲན་ནས་ལྟན་པ་མ་རྒྱབ་པར་སྒྲུབ་རང་མཛད་པས་ཤམ་ཐབས་རྒྱལ་པོར་  
སོང་བ་ན་རྣལ་འབྱོར་རྣམ་པས་ལྟན་པ་མཛད་པར་བསྐྱལ་བས་གོ་བའི་ལྟན་པ་རྒྱབ་



ཕར་ཉེན་སྦྱོར་ཕྱོག་ཤམ་ཅན་དུ་གྲགས། འབྲོམ་གྱིས་ཀྱང་ཁོང་ལ་དལ་བ་འབྱོར་པ་  
 མིའི་ལྟས་ཐོབ་པ་དྲན་ནམ་ཞིས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་ཡིན་འདུག་སྟུང་དུ་བསམས་  
 གསུངས། ཡང་ཐུན་སྦྱོང་བའི་སྐབས་བདེ་ལམ་ལྟར་བྱེད་ན། སྤར་བཤེས་གཉེན་  
 བཞེན་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སྤྲོ་མ་རྣམས་གསལ་བཏབ་ཡོད་ན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཙ་བའི་  
 སྤྲོ་མ་ལ་ཚུར་བཞེན་ཞེ་ཙ་བའི་སྤྲོ་མ་དེ་ཉིད་རང་གི་སྦྱི་བོར་རང་དང་ཁ་ལྟ་སྦྱོགས་  
 མཐུན་ཕར་བཞུགས་ཕར་མོས་ལ་བདུད་རྩི་འབེབས་སྤང་རང་བྱེད་དགོས་གསུངས།  
 ཡང་དགེ་བཤེས་སྒྲ་མོ་བའི་སྦྱོབ་མ་ཞིག་གིས་ངན་འགྲོའི་སྤྱད་བསྐྱེད་ཇི་ཙམ་བསྐྱེད་  
 ཀྱང་འཇིགས་སྤང་གི་རྟོགས་པ་ཅུང་ཟད་ཀྱང་མ་སྦྱིས་ཕར་སྤར་ཡང་བཤེས་གཉེན་  
 བཞེན་ཚུལ་ལ་ནན་ཏན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྲོ་མ་ལ་གསོལ་བ་དྲག་པོ་ཞིག་བཏབ་ཞིང་སྤང་  
 གི་མེ་གསལ་བཏབ་པས་གསལ་བཏབ་པ་ཙམ་གྱིས་འཇིགས་སྤང་ཆེན་པོ་བསམ་གྱིས་  
 མི་བྱབ་པ་སྦྱིས་པ་ན་སྤྲོ་མ་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་བྱེན་ཆད་ངན་སྤང་གི་མེ་ཡང་མི་དགོས་ལོ།  
 སྤྱིག་པ་ཟེར་བ་འདི་ཡང་མི་དགོས་ལོ། ཟེར་བ་བྱུང་གསུངས། ཡང་སྦྱིར་མི་ཁོམ་པ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་ཡིན་པ་མེད་ཀྱང་རང་ཅག་གི་སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་བརྒྱད་ཀའི་ས་བོན་ཆང་  
 བས་ཡོད་དེ། སྤྲོ་མ་དང་དགེ་འདུན་སྦྱོགས་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ལ་དག་སྤང་མེད་པས་  
 རང་མཐའ་འཁོབ་དུ་སྦྱིས་པ་དང་བྱད་མེད། མིག་སྦྱོགས་ལྡེ་ཆང་ན་ཡང་དེ་དག་གི་  
 སྒྲོ་ནས་ཆོས་སྦྱབ་ཕར་མི་བྱེད་པའམ། ཡང་ན་དད་སྦྱོགས་དབང་པོ་ལྡེ་མ་ཆང་བས་  
 དབང་པོ་མ་ཆང་བར་ཡང་སྤང་འདུག། ཆོས་བྱས་ཁྱལ་ཅུང་ཟད་བྱས་ཀྱང་འཇིག་  
 ཉེན་ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་དབང་དུ་སྤང་བ་མ་གཏོགས་ཀྱལ་བའི་བཀའ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཆེད་  
 བས་ཆོས་རྣམ་དག་བྱས་པ་མེད་པས་ལོག་ལྟ་ཅན་དུ་ཡང་སྤང་། ཀྱལ་བའི་བཀའ་  
 ཡོད་ཀྱང་དེ་ལ་བདག་གིས་ཐོས་བསམ་གྱིས་མ་ཞུགས་པས་ཀྱལ་བའི་བཀའ་མེད་ཕར་  
 ཡང་སྤང་འདུག། འདོད་ཆགས་ཆེ་བ་ནི་ཡི་དྲགས་དང་བྱད་ཕར་མི་འདུག། ཁོང་  
 ཁྱོད་ཆེ་བ་ནི་དམྱལ་བ་པ་དང་བྱད་ཕར་མི་འདུག། གཏི་ལྷག་ཆེ་བ་ནི་དུད་འགྲོ་དང་



ཁྱད་པར་མི་འདུག ཤེས་རབ་མེད་པའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་རྒྱུད་པ་ལ་རེ་བ་ནི་ལྷ་ཆེ་རིང་  
 མོ་དང་ཁྱད་པར་མི་འདུག་པས་དོན་ལ་ང་རང་མི་ཁོམ་པ་བརྒྱད་ཀའི་གཞི་མཐུན་ལྷ་  
 བྱར་སོང་འདུག་ཡང་སྒྲུལ་དུ་སྒྲུབ་བ་སྒྲུལ་དགོས། ཡང་མཆོམས་མེད་རང་གིས་མ་  
 བྱས་སྒྲུལ་པ་ཡོང་སྟེ། ཉེ་བའི་མཆོམས་མེད་འདི་ལ་ཐུགས་བསམ་ཞིག་དགོས་པ་  
 ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་སོ་ཐར་གྱི་རྒྱུད་བ་ནམས་ལ་ཐུགས་བསམ་བཞིས་དགོས་པ་ཡོད་  
 དེ། དགོ་བཤེས་ཁམས་པ་ལྷུང་པས། རྩོན་ཆོས་སྤྱད་པར་བཀལ་བ་ཙམ་གྱིས་དགོ་  
 རྩོད་མི་ཡོང་། བསྐྱུང་རྒྱ་ལྷ་རེ་མེད་པའི་དགོ་རྩོད་མི་ཡོང་ཞེས་གསུངས་པ་དང་།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་། དགོ་རྩོད་དག་བྱུང་མེད་ལ་དངོས་སུ་འབྲིག་པ་དང་ཡོངས་  
 མི་སྦྱོད་ཀྱང་། ཕག་དུ་བྱུང་མེད་ཀྱི་སྐད་སྒྲུབ་པ་ཡོད་ལ་བྱས་ནས་བདག་གིར་བྱེད་པ་  
 དང་། བྱུང་མེད་ཀྱི་ཡན་ལག་དང་ལག་པ་ཙམ་ཡོད་ལ་བྱས་ནས་བདག་གིར་བྱེད་པ་  
 དེ་ནི་ཆངས་པར་སྦྱོད་པ་ཡིན་པར་ང་མི་སྦྱོའོ། དགོ་རྩོད་ཡིན་པར་ང་མི་སྦྱོའོ། ཞེས་  
 གསུངས། འདིའི་ཕག་དུ་ནི་སྒྲིག་དུ་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པས་འདི་ལ་ཐུགས་བསམ་  
 ལེགས་པར་བཞིས་དགོས་གསུངས། ཡང་རང་ཅག་གི་ལུགས་སྒྲུབ་གང་ཡིན་པ་དེ་  
 གཙང་མར་འཛིན་དགོས་ཏེ། རྩོན་རྒྱ་གར་དུ་ཕྱི་ནང་གི་དགོ་བསྟེན་གཉིས་མཉམ་  
 དུ་བྱུང་བ་ན་ཕྱི་པའི་དགོ་བསྟེན་གྱིས་ནང་བའི་དགོ་བསྟེན་ཕྱི་པའི་ལྷ་ཉེན་ཡོད་ས་  
 གསུམ་དུ་འབྲིད་ནས་དབང་ཐུག་ཆེན་པོ་ལ་ཐུག་འཆོལ་བྱས་པས། ང་དེ་ལ་ཐུག་མི་  
 འཆོལ་དེ་ནི་ས་རྩོད་དང་འདྲ་བས། བམ་ཞིག་ན་ནང་པའི་དགོ་བསྟེན་གྱིས་ཕྱི་པའི་  
 དགོ་བསྟེན་དེ་རྩོད་ཀྱང་དུ་འབྲིད་པ་ན་དེ་ཐག་རིང་བས་མཆོམས་ཤིག་ན་ཕྱི་བའི་  
 དགོ་བསྟེན་དེ་རྒྱུད་པ་ན་ཟེར་བ་ལ་ད་དུང་ཕྱི་ན་ཁྱོད་ལ་ཕན་པའང་སྲིད་བྱས་ནས་  
 འབྲིད་པས། ཕྱི་བའི་དགོ་བསྟེན་དེས་ད་རེས་ཐུག་མི་འཆོལ་སྒྲུལ་སྟེ་བསྐྱེམས་ནས་  
 ཕྱིན་ཀྱང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱིས་རྩོད་ཀྱང་དུ་སྦྱོབ་པ་དང་  
 ཁོའི་རྒྱུད་པ་ན་བ་ཡང་དུག བྱང་ཆུབ་ཆེན་པོར་གྲགས་པའི་རྩོད་སྒྲུབ་ཕྱོག་གི་ཞལ་



མཐལ་བ་ན་དེ་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོར་མཐོང་སྟེ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་ཕྱག་བཅལ་མཆོད་པ་  
 ཕྱལ་ནས་བཏྲས་པས་བྱབ་པའི་སྐར་འདུག་པ་མཐོང་། དེ་ནས་ནང་པའི་དགེ་  
 བསྟེན་གྱིས། བྱོད་གྱིས་སྟོན་པ་ལ་ཕྱག་བཅལ་བས་ད་བྱོད་རང་ཕྱི་པ་དང་ནང་པའི་  
 གཞི་མཐུན་མི་ཡོང་། དེ་བས་ད་ནང་པ་བྱེད་དགོས་བྱས་ཏེ་ནང་པའི་སྐར་བཅུག་  
 པས་ནང་པའི་དགེ་བསྟེན་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱང་བ་ཡིན། རང་ཅག་ཀྱང་དགེ་བསྟེན་སྡེ་  
 མ་དེ་འདྲ་བ་བྱེད་དགོས་གསུངས། ཡང་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་བསམ་པ་ལ།  
 གནས་སྐབས་ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་ཆེ་བར་བསམས་པ་དང་། མཐར་ཐུག་ལ་སྟོས་ཏེ་དོན་  
 ཆེ་བར་བསམ་པ་གཉིས་ཡོད། དང་པོ་མངོན་མཐོ་སྐྱབ་པ་ལ་དོན་ཆེ་སྟེ། མངོན་  
 མཐོའི་རྟེན་ཐོབ་པའི་རྒྱ་ཚུལ་བྲིམས། རྟོང་ས་སྤྱོད་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱ་སྤྱོན་པ།  
 གཟུགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་སུས་བཏྲས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཙུང་པོ་རྩེ་ལྟ་གཅིག་འདྲ་  
 བའི་རྒྱ་བཟོས་པ། མངོན་མཐོའི་རྟེན་དེར་གང་བཙམས་པའི་བྱ་བ་མཐར་ཐུན་པའི་  
 རྒྱ་བཙོན་འགྲུས་རྣམས་ཀྱང་ད་ལྟའི་རྟེན་འདིས་སྐྱབ་རུས་པ་འདྲ་བ་གཞན་གང་གིས་  
 ཀྱང་སྐྱབ་པར་མི་རུས། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དབྱུ་མ་འཇུག་པར། མངོན་མཐོའི་རྒྱ་  
 བཙོན་པའི་རྒྱ་བྲིམས་ལས་གཞན་མེད། ། ཅས་ཐག་བཅད་པ་ལྟར། གང་བསྐྱང་ན་མངོན་  
 མཐོའི་རྟེན་འདི་ཐོབ་ལ་གང་མ་བསྐྱང་ན་མི་ཐོབ་པར་ངེས་པའི་རྒྱ་བྲིམས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་ཡང་རང་གི་མ་བསྐྱངས་པ་མ་གཏོགས་རྟེན་འདིས་བསྐྱང་རུས་ཏེ། མགོན་  
 པོ་ལྷ་སྐྱབ་གྱིས། སྤྱོན་པ་བཤན་པ་དག་ཀྱང་གཏོང་། ། རིགས་ངན་དག་ཀྱང་  
 གཏོང་བར་བྱེད། ། གང་ཡང་རུང་བས་རྒྱུ་བྲིམས་ནི། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན། དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་དང་རྟེན་དཀའ་བར་བསམ་པ་འདི་གཉིས་  
 མདོར་བསྐྱས་ནས་སྒྲིམ་བདེ་བར་བྱེད་ན། ལུས་རྟེན་འདི་གནས་སྐབས་ལ་སྟོས་ནས་  
 དོན་ཆེ་སྟེ། སྒྲིམ་པ་སྒྲིམས་རྒྱུ་བྲིམས་ལེན་ཅིང་བསྐྱང་བས་རྟེན་གྱི་སྒྲིམ་སྟོབས་  
 ཆེ་བའི་བྱིན། མཐར་ཐུག་ལ་སྟོས་ནས་དོན་ཆེ་སྟེ། བྱང་ཚུབ་གྱི་སེམས་སྒྲིམ་པ་







རང་ཅག་གི་མདུན་དུ་ས་འདི་ལ་སེར་ཁ་ཞིག་གསལ། དེ་ནས་འབྲུ་ཞིག་ཀེར་ཏེ་དོན་  
 བས་ཐལ་མོ་སྒྱར་ཏེ་སངས་རྒྱས་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ་ཟེར་ནས་ཕྱག་བཙལ་ན་དེ་ངོ་  
 བཙུང་མི་ཆེ་འཕྲ། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་མའི་མངལ་སྒོ་སེར་ཁ་འདྲ་བ་དེ་ནས་ཐོན་ཏེ་  
 ཤའི་འབྲུ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ལ། དེ་ཡར་ལང་བ་ཡང་ངོ་མཚར་ཆེ། དེ་ལས་ཐལ་  
 མོ་སྒྱར་བ་ངོ་མཚར་ཆེ། དེ་ལས་ཕྱག་འཆལ་བ་ཡང་ངོ་མཚར་ཆེ་བ་ཡིན་པས་ད་རེས་  
 ལན་ཅིག་པོ་འདི་ལ་ཆོས་བྱེད་དགོས། རྒྱང་ལ་ཞོན་ཞེས་པའི་དཔེ་ནི། རྒྱ་གྲུ་ཞ་བོས་  
 རྒྱང་ལ་ཞོན། ། ཞེས་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱར་འཕན་ཡུལ་དུ་རྒྱ་གྲུ་ཞ་བོ་ཞེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་  
 དེ་གོག་པོའི་འགྲམ་ཞིག་དུ་བཞུད་པས་དེའི་འོག་དུ་རྒྱང་ཞིག་ཡོད་པ་ཁོས་མཐོང་སྟེ་  
 ངས་འདི་ལ་ཞོན་སྟེ་ནས་བཞོན་པ་ན་རྒྱང་དེས་རི་བརྒྱག་སྒྲུང་བརྒྱག་བྱས་ཀྱང་།  
 ཁོས་རྒྱང་གི་ཟེ་བར་འཆང་སྟེ་མ་སྟོད་པས་ནམ་ཞིག་ན་ཁོས་རྒྱང་གི་ཆོད་ཐིག་སྟེ་སྒྲུ་  
 རྒྱངས་པ་མི་གཞན་གྱིས་ཐོས་ནས། བྱོད་སྒྲུ་ལེན་པ་སྟོའཕྲ། རྒྱང་གིས་ཕངས་ཡོང་  
 བྱས་པས་ཁོ་ན་རེ། ང་གྲུ་གྲུ་ཞ་བོ་རྒྱང་ལ་ལན་ཅིག་ཞོན་རྒྱ་བྱང་པའི་དུས་སུ་སྒྲུ་མི་  
 ལེན་ན་ག་དུས་ལེན་ཟེར། དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་ཆོད་ལ་འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་དུས་  
 འདིར་ཆོས་མི་བྱེད་ན་གང་དུ་བྱེད་སྟེ་དུ་བསམ་དགོས། གཙང་པའི་ཉ་ཞེས་པ།  
 སྟོན་གཙང་པའི་ཆོད་དཔོན་ཞིག་གིས་ཉ་ཤ་ཐོས་པས་ཁེམ་པོ་བྱང་བ་ན་མང་དུ་ཐོས་  
 པས་རྒྱག་པ་རྒྱགས་གྲབས་བྱས་པར་ཁོ་རང་གི་སྟེ་ལྷ་མ་སྟོག་གིས་བཞུམས་པས།  
 བྱོད་སྟེ་བཞུམ་པ་སྟོའཕྲ་བྱས་པ་ལ། ངའི་ཉ་ཤ་ཁེམ་པོ་དེ་རྒྱགས་ན་འཕངས་ཟེར་བ་  
 ལྟར། ང་རང་ཆོས་ཀྱང་ད་ལམ་དཔེ་ཆ་འཛིན་སྟོང་སྟགས་དང་། ཁ་འདོན་དགེ་  
 སྟོར་སྟགས་དགེ་བའི་ཆ་རུང་བཅུ་ཡོད་པ་ནམས་མ་རྒྱགས་པ་བྱས་ཏེ། ཀྱན་སྟོང་ལ་  
 བཟོ་བཙོས་རེ་བྱེད་དགོས་ན་བྱ་བའི་དུས་ཡིན། རྟེན་ཟན་ཞེས་པ་འཕན་ཡུལ་ལ་སྟེ་  
 ཟན་ཞེས་པ་ཞིག་ཟ་རྒྱ་ཡོད་འདུག་པར། ས་མ་བྱ་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་སྟེ་ཟན་  
 པོར་པའི་ནང་དུ་བགོས་པ་ན། བྱ་དེས་དུན་རྒྱ་ཆོད་པོ་བྱས་ནས་ས་མ་གཉིས་ཀྱི་སྒྲལ་



པ་ནས་ཟས་ཁོ་རང་གི་སྐལ་བ་དེ་རྒྱལ་དུ་སྤྲས་ནས་བཞག་པ་བྱིས་བྱིར། རོ་རེས་ཁོ་  
 རང་གི་སྐལ་བ་དེ་འཆོལ་དུ་བྱིན་པ་ན་མ་རྟེན་པར་དུས་པས་པ་མ་སོགས་ཀྱི་མ་དུ་བྱས་  
 པ་ལ། རྒྱ་མ་ལན་གཅིག་གི་སྤེ་བཞུག་དེ་བྱིས་བྱིར་དུས་མི་དུ་ན་ག་དུས་དུ་བྱས་པ་ཡིན།  
 དེ་བཞིན་དུ་རང་དེས་དལ་འབྱོར་ལན་ཅིག་ཐོབ་པའི་དུས་འདིར་ཆོས་རྒྱུ་དག་མི་  
 བྱེད་ན་ག་དུས་བྱེད་སྒྲུལ་པ་དགོས་གསུངས། ཡང་སྟོན་པས་འཁོར་ལོས་བརྒྱུར་བའི་  
 རྒྱལ་པོ་དུང་གི་ལོ་རྒྱུས་མང་པོ་གསུངས་པས། དགེ་སྤྱོད་ཞིག་གིས་ང་ཡང་དེ་ལྟ་བུའི་  
 རྒྱལ་པོ་ཞིག་དུ་སྤྱེ་བར་ཤོག་བྱས་པ་ན་སྟོན་པས་དགེ་སྤྱོད་དེ་ལ་སྤྲད་པར་མཛད་པ་  
 ལྟར། རང་ཅག་གིས་དགེ་བ་ཇི་སྟེད་བྱས་པ་པལ་ཆེར་ཡང་བཀྲ་ཤིས་དང་དགེ་  
 མཚན་གྱི་དགེ་བ་ཡིན། བཀྲ་ཤིས་དང་དགེ་མཚན་གྱི་དགེ་བ་ཞེས་པ་ཡང་ཆོའདིའི་  
 རིམ་གྱི་སོགས་ཀྱི་བྱིར་བྱས་པའི་དགེ་བ་ལ་ཟེར་གསུངས། དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་  
 བ་བསམ་པ་ལ། རྒྱུའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་དཀའ་ཚུལ། འབྲས་བུའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་དཀའ་  
 ཚུལ། དཔའི་སྒྲོ་ནས་རྟེན་དཀའ་ཚུལ་གསུམ། དང་པོ་ནི། དལ་འབྱོར་རྒྱུའི་སྒྲོ་  
 ནས་རྟེན་དཀའ་སྟེ། དེ་ནི་རྒྱ་དགེ་བ་ལས་འབྱུང་ལ། དགེ་བ་པར་བཞག་སྤྱི་སྤྱོད་  
 ཤིན་ཏུ་མང་བའི་བྱིར་དང་། སྤྱི་སྤྱོད་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་ཤིན་ཏུ་སྟོབས་ཆེ་བའི་བྱིར་  
 དང་། སྤྱི་སྤྱོད་པ་ལ་གཉེན་པོ་མེད་པའི་བྱིར་དང་། སྤྲུང་ཡང་སྤྱི་སྤྱོད་པ་རྒྱུན་མི་འཆད་  
 པའི་བྱིར་ཞེས་རྒྱ་མཚན་བཞི་འགོད། རྒྱ་མཚན་དང་པོའི་སྤྱབ་བྱེད་ཀྱི་ལུང་ནི་བཞི་  
 བརྒྱ་པ་ལས། པལ་མོ་ཆེར་ནི་མི་རྣམས་ནི། ། ཞེས་སོགས་དང་། སྤྱོད་འདུག་ལས།  
 བདག་གི་སྤྱོད་པ་འདི་འདྲས་ནི། ། ཞེས་སོགས་ལྷན་ཁྱེད་ཟེར་པ་དང་། སྤྱ་རྒྱུང་  
 བས། ང་ཅག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ལུང་བཟླ་ན་བཟང་པོ་མི་གདའ་ཡི་གསུངས།  
 ལུང་བཟླ་ན་གང་འདུག་ཁྱེད་པས། སྤྱི་སྤྱོད་མའི་དུས་ཀྱི་དགེ་སྤྱོད་རྣམས་བྱེ་མའི་སྤྱོད་  
 བཞུག་ལྟར་དུ་བཟླས་པ་ལྟ་བུ་འདུག་གི་གསུངས། བྱེ་མའི་སྤྱོད་བཞུག་པ་བྱེ་མས་  
 བརྒྱུངས་པའི་རྒྱལ་པ་ལ་བྱེད། དེའི་ཁ་ཐུར་དུ་བཟླས་པ་སྟེ་ཁ་བུ་སྤྱོད་ན། ཆོས་



བུའི་གསེབ་ཅམ་ལ་བྱེ་མ་ཅུང་ཟད་རེ་བསྐྱད་ན་མ་གཏོགས་གཞན་ཐམས་ཅད་དོན་  
 བས་འགྲོ། དེ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་ལ་དག་བཤེད་ཀྱང་མེད་ལ། ཅུང་ཟད་ཡོད་ཀྱང་  
 ཁྱོད་ཁྱོད་དང་ལོག་ལྟ་སོགས་ཀྱིས་བཅོམ་ནས་དམིགས་བསལ་ཅན་གྱི་དག་བ་རེ་གཉིས་  
 མ་གཏོགས་མི་སྡོད་པ་ཡིན། ལྷུང་བའི་སྒྲིལ་ང་མང་སྟེ། མི་ཤེས་པ་ལྷུང་བ་འབྱུང་  
 བའི་སྒྲི། མ་གྲས་པ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲི། བག་མེད་པ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲི།  
 ཉིན་མོངས་མང་བ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲི་བཞི་ཡོད་པས་དེ་ཚོའི་དབང་གིས་ལྷུང་བ་  
 ཤིན་ཏུ་མང་བའི་ཕྱིར། རྒྱ་མཚན་གཉིས་པ་ཕྱིག་པ་སྟོབས་ཆེ་བའི་རྩལ་ནི། ཞིང་གི་  
 སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། བསམ་པའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། ཉིན་གྱི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ།  
 དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ་བཞི་ཡོད་པའི་ཞིང་སྤྲ་མ་དཀོན་མཆོག་སོགས་དང་།  
 བསམ་པ་ཀྱན་སྒྲོང་ངན་པ། ཉིན་སྤྲོམ་ལྷན། དངོས་པོ་ཕྱིག་པ་གང་བསགས་པ་དེ་  
 ཉིས་འབྱུར་སོགས་སུ་འཕེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་སྟོབས་ཆེ་བའི་ཕྱིར། དེའི་ལྷུང་ལ་  
 སྒྲོད་འབྱུག་ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་ཕྱིག་པས་ཀྱང་། ། བསྐྱལ་པར་དཔྱལ་བར་  
 གནས་དགོས་ན། ། ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་ཕྱིག་གིས། ། བདེ་འགྲོར་མི་  
 འགྲོ་སྒྲིམ་ཅི་དགོས། ། ཞེས་པ་འདི་འདྲེན། རྒྱ་མཚན་གསུམ་པ་ལ། བཤགས་པ་  
 ཆད་ལྷན་བྱས་ན་ཏ། བདེ་འགྲོ་མི་དཀོན་ཡང་། བཤགས་པ་ཆད་ལྷན་བྱེད་པ་ཆེས་  
 ཤིན་ཏུ་དཀོན་པའི་ཕྱིར། དེ་དཀོན་ཏེ། བཤགས་པ་བྱེད་པ་མཁས་པའི་ལྷགས་  
 ཡིན་པས་སྤྱན་པོས་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། མཁས་པ་ཡིན་ཟེར་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 བཤགས་པ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། འགྲོད་པ་ཆད་ལྷན་སྒྲིབ་དཀོན་པའི་ཕྱིར་དང་།  
 ཕྱིག་པ་ལ་ཕྱིག་པར་ཤེས་པ་དཀོན་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་མི་ཤེས་པས་ཕྱིག་པ་རྒྱན་དུ་  
 བྱེད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རྒྱ་བསྐྱར་གྱི་རིགས་པ་འགོད། རྒྱ་མཚན་བཞི་པ་ལ་ངན་སྤང་དུ་  
 སྒྲིམ་ན་ཡང་ཕྱིག་པ་ཟད་ནས་ཐར་ཡོང་སྟམ་པ་དང་། སྤྲ་མ་དཀོན་མཆོག་གི་ཐུགས་  
 རེས་དྲངས་ཡོང་སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་གཉིས་ཡོད་པས་དེ་གཉིས་འགོག་དགོས། དང་



པོ་འགོག་པ་ལ་སྦྱོད་འཇུག་ལས། གང་ཆེ་དགེ་སྦྱོད་སྐལ་ལྡན་ཡང་། ། དགེ་བ་  
 བདག་གིས་མ་བྱས་ན། ། ངན་སོང་སྤྱག་བསྐལ་ཀྱན་ཚོངས་པ། ། དེ་ཆེ་བདག་གིས་  
 ཅི་བྱར་ཡོད། ། དགེ་བ་དག་ཀྱང་མ་བྱས་ལ། ། སྤྱིག་པ་དག་ཀྱང་ཉེར་བསགས་  
 བ། ། བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི། ། བདེ་འགྲོའི་སྐྱ་ཡང་ཐོས་མི་འགྱུར། །  
 ཞེས་པ་འདི་གསུངས་ཤིང་། འདིའི་བསྐལ་པ་བྱེ་བ་བརྒྱར་ཡང་ནི་ཞེས་པ་འདི་ལ་  
 རགས་ཅིས་བྱས་ན་བསྐལ་ཆེན་དུང་ཕུར་གཅིག་ཡོད། ལོག་རྟོག་གཉིས་པ་དེ་འགོག་  
 པ་ལ། སྦྱོད་འཇུག་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་པན་མཛད་པའི། ། སངས་  
 རྒྱུ་གངས་མེད་འདས་གྱུར་ཀྱང་། ། བདག་ནི་རང་གི་ཉེས་པས་དེའི། ། གསོ་བའི་  
 སྦྱོད་ཡུལ་མ་གྱུར་ཏེ། ། ཞེས་པ་འདི་གསུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱུ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་  
 དྲངས་ཡོང་སྟམ་པ་ཁྱོད་བདེན་ཏེ། དེ་ཡང་རང་གིས་བྱས་པའི་རྒྱུ་དང་ཕྱད་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། དེ་མིན་ན་སྤྱ་མ་དགོན་མཆོག་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བས་ཁྱོད་སྤར་  
 བས་དྲངས་ཟིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། སྤར་ནས་སངས་རྒྱུ་གངས་མེད་བྱོན་ཟིན་  
 པའི་ཕྱིར་དང་། ཁྱོད་ཀྱང་སྤར་ནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་རིགས་པ་འགོད། དེ་ཡང་  
 དཔེར་ན་སྤོན་པ་དང་སྤོན་ཡོད་ཀྱང་ནད་པ་གདུག་ཅན་འགའ་ཞིག་གསོ་བའི་སྦྱོད་  
 ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པ་དེ་བཞིན་དུ། སྤོན་མ་དགོན་མཆོག་ཡོད། དེ་ལ་བྱོན་ཆུབས་ཡོད་  
 ཀྱང་། རང་གི་ནད་དུ་རྒྱུ་དད་པ་མེད་པས་རང་ཅག་གསོ་བའི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་  
 པ་ཡིན་ཏེ། མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་ལས། ལྷ་ཡི་རྒྱལ་པོས་ཆར་པབ་ཀྱང་། ། ས་བོན་མི་  
 དུང་མི་འབྱུངས་ལྟར། ། སངས་རྒྱུ་རྣམས་ནི་བྱོན་གྱུར་ཀྱང་། ། སྐལ་པ་མེད་པས་  
 བཟང་མི་མྱོང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། འབྲས་བུའི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་  
 ཆུལ་ལ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་རིགས་མི་མཐུན་ངན་འགྲོ་ལ་སྟོས་ཏེ་དལ་འབྱོར་རྟེན་  
 དཀའ་བ་བསམ་པ་ལ། ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་དུ། རིགས་མི་མཐུན་ངན་འགྲོ་རྣམས་ལ་  
 སྟོས་ཏེ་ཞེས་སོགས་གསུངས་ཞིང་། འདི་ཕུན་མཛམས་སུ་སྒྲིམ་པ་བོགས་ཆེ། དེ་



ཡང་པཎ་ཆེན་སྒོ་བཟང་ཡེ་ཤེས་འདྲ་བ་དགོས་ཏེ། པཎ་ཆེན་དེས་རྩ་སྒྲིང་དུ་ཕེབས།  
 ཤིང་སྤྲོད་ཞིག་གི་འོག་ཏུ་བཞུགས་པ་ན། ཤིང་དེར་འཁོར་བའི་སྤྲང་བུ་ཉི་འཁོར་མ་  
 ནམ་མཁའ་འགྲིབ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུ་གཟིགས་ནས། མཆོད་དཔོན་ལགས་འདིར་  
 གཟིགས་དང་། ཤིང་སྤྲོད་གཅིག་པོ་འདིའི་ཚྭ་གསུངས་གཅིག་ན་འཁོར་བའི་སྤྲང་བུ་  
 འདིའི་མང་ཉུང་ཙམ་བོད་ཀྱི་མི་ལ་མེད་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བདེ་འགྲོ་རྟེན་  
 དཀའ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཉུང་བ་བྱུང་བ་ཡིན། ལྷག་ཏུ་དུད་འགྲོ་བྱིངས་ཀྱི་གངས་  
 ཁ་པར་བཞག་སྤྲང་བུ་དང་གོག་མ་ཟེར་བ་ལྟ་བུའི་དུད་འགྲོ་རིགས་མི་འདྲ་བ་བྱེ་བ་  
 སུམ་ཙུ་ཙ་གཉིས་ཡོད་པར་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་ཤིང་། གཞན་ཡང་མདོ་ལས་  
 ཤིང་རྩའི་འཕང་ལོའི་རྒྱ་ཁྲོན་གྱི་ཆོད་ཙམ་དུ་དམུལ་བ་ནི་ས་ཆེན་པོའི་རྩལ་ལྟ་བུའི་  
 ཆོད། ཡི་དྲགས་ཁ་བ་བུ་ཡུག་འཆུབ་པ་ལྟ་བུའི་ཆོད། དུད་འགྲོ་ཆང་དང་མ་  
 བཅགས་པའི་སྤྲང་མ་ལྟ་བུའི་ཆོད་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། གཉིས་པ་  
 རིགས་མཐུན་བདེ་འགྲོ་ལ་སྟོས་ཏེ་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་བསམས་པ་ནི། དེས་  
 ཙན་པར་བཀའ་ནས་མི་ཡིན་པ་འདྲ་འདྲ་མང་ཡང་། དལ་འབྱོར་ཆང་བ་ནི་ཤིན་ཏུ་  
 ཉུང་བར་སྤང་སྟེ། འགའ་ཞིག་ནི་མའི་གཡོག་བྱེད། བྱིས་པ་རྣམས་ནི་བྲལ་དང་ཁུ་  
 ལག་སྟགས་ཀྱིས་བྲལ། སལ་ཆེ་བ་ཞིག་ནི་སྤར་ཁྱུས་པའི་མི་ཁོམ་པ་དགུ་པས་ཟིན་  
 ནས་འདུག་སྟམ་པ་དང་། འདི་ནས་ལྟ་སར་བྱིན་ནས་དེར་ཆོས་རྣམ་དག་བྱེད་  
 མཁན་ག་འདྲ་འདུག་བལྟས། ཤར་སྟོགས་སུ་སྤྲོ་ནག་ཞོལ་སྟགས་ཀྱི་ཆོང་པ་དང་།  
 ལྷོ་སྟོགས་སུ་ནི་རག་ཁའི་བཤན་པ་ཚུན་ཆད་དང་། ལུབ་སྟོགས་སུ་ཡང་སལ་ཆེར་  
 མེད། ཡོད་ན་ལུབ་བྱང་གི་ཆེ་རུ་བཞི་སྟེ་བསྟན་སྤྲིང་སྟགས་སུ་ཡོད་དགོས་པ་ལ། དེ་  
 ཆོར་ཡང་ཁོང་རྣམ་དག་ཡིན་ཟེར་བ་ཞིག་གོ་རྒྱུ་མི་འདུག་པས་ངེས་པར་དགོན་ཐག་  
 ཆོད་རེད་སྟམ་དུ་བསམ་དགོས། དེ་ལྟར་འབྲས་བུའི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བར་  
 བསམས་པ་དང་། རོ་བོའི་སྒོ་ནས་རྟེན་དཀའ་བར་བསམས་པ་གཉིས་གཅིག་ཡིན་



གསུངས། དེ་ནས་དཔེའི་སྒྲོག་ནས་ཉིད་དཀའ་ཚུལ་བསམས་པ་ལ། བྱང་ལས་དཔེ་  
བཞི་གསུངས་པའི་དང་པོ་ནི་སྦྱོང་འཇུག་ལས། དེ་ཉིད་ཕྱིར་ན་བཅོམ་ལྡན་  
ཀྱིས། ། རྒྱ་མཚོ་ཆེར་གཡང་གཉའ་ཤིང་གི། ། བྱ་གར་རུས་སྤལ་མགིན་རྒྱུ་  
ལྟར། ། མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཉིད་དཀའ་གསུངས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མེ་ཏོག་  
གི་ཚོགས་ཀྱི་མདོ་དང་། ཡང་དག་པར་ལྡན་པའི་བྱང་ལས་གསུངས་པ་དཔེ་སྟེ།  
དཔེར་ན་བྱང་པ་ཐམས་ཅད་རྒྱས་གང་པ་ཞིག་ཏུ་སྤང་། རྒྱ་དེའི་ཁར་གསེར་གྱི་  
གཉའ་ཤིང་བྲག་པ་གཅིག་པ་སྦྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་པར་ཡིང་རྒྱར་ཡིང་བྱེད་པ་གཅིག་  
ཡིད་ལ། རྒྱ་དེའི་གཏིང་དུ་རུས་སྤལ་ལོང་བ་ཞིག་ཡིད་པ་དེ་ལོ་བརྒྱ་བརྒྱ་ན་ཆར་རེ་རེ་  
ཉིད་དུ་དོན་ན། གསེར་གྱི་གཉའ་ཤིང་དེའི་བྲག་པའི་ནང་དུ་རུས་སྤལ་དེའི་མགིན་  
པ་རྒྱུད་པ་ཞི་སྤྱོད་ཅེས་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་བཀའ་གནང་བ་ན། ཉན་ཐོས་  
ནམས་ཀྱིས་དེ་རྒྱུད་པ་ནི་ཤིན་ཏུ་དཀའ་སྟེ། རྒྱ་དེ་ཡང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་དང་གཉའ་  
ཤིང་དེ་ཡང་སྦྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་། དེ་ལ་བྲག་པ་ཡང་གཅིག་  
ལས་མེད་པའི་ཕྱིར་དང་། རུས་སྤལ་དེ་ཡང་ལོ་བརྒྱ་ནས་མ་གཏོགས་མི་དོན་པའི་  
ཕྱིར་དང་དེ་མིག་ཀྱང་ལོང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་ཞུས་པ་ལྟར། དཔེ་དོན་སྦྱོར་ཚུལ་  
ནི། འཁོར་བ་འདི་རྒྱ་མཚོ་དང་འདྲ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཏུན་པ་དང་། སྤྲ་མ་དང་  
མའི་མངལ་སྒྲོག་གསུམ་གང་རིགས་ནི་གཉའ་ཤིང་དང་འདྲ། རང་ཉིད་རུས་སྤལ་དང་  
འདྲ། དེ་ལྟར་རང་འཁོར་བའི་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་ངན་སྤང་དུ་གནས་པ་ལས། མའི་  
མངལ་སྒྲོག་གཉའ་ཤིང་བྲག་པ་གཅིག་པའི་ནང་དུ་ད་རེས་ལན་ཅིག་རྒྱུད་པ་ཡིན་པས་  
ཉིད་དཀའ་བ་ད་རེས་ལན་ཅིག་ཉིད་པ་ཡིན། དཔེ་གཉིས་པ་ནི་དགའ་པོ་མངལ་  
འཇུག་གི་མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ། དེ་ནི་དཔེར་ན། རྒྱ་ཁབ་སོར་བཞི་པ་ཞིག་གེན་དུ་  
སྤྱོད་ནས་ཡུངས་དཀའ་སྤར་བ་གང་དེ་ལ་གཏོར་ན། དེ་ནས་ཡུངས་དཀའ་གཅིག་  
ཁབ་མིག་གི་ནང་དུ་འགྲོ་བ་སྤྱོད་མཐའ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས། དལ་འགྱོར་ཐོབ་པ་ཡང་དེ་



དང་འདྲ་བར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གསུམ་པ་ཡང་མདོ་དེ་ཉིད་ལས་ཤིང་གྲུང་  
 ཞིག་གི་ལོགས་སུ་སྐྱེས་མ་སྐྱེས་པ་གང་གཏོར་ནས་སྐྱེས་མ་གཅིག་གྲུང་ལོགས་སུ་ཆགས་  
 པ་དང་། དལ་འབྱོར་རེ་རེ་རྟེན་པ་འདྲ་བར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་པ་ནི།  
 ལྷུང་ལས་བདེ་འགྲོ་དང་རན་འགྲོ་གཉིས་ནས་ཤི་འཕྱོར་ཏེ་རན་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ནི་ས་  
 ཆེན་པོའི་རྩལ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་གཉིས་ནས་བདེ་འགྲོར་སྐྱེ་བ་ནི་ཕྱག་སེལ་གྱི་ཚེ་མས་  
 བཞིས་པའི་རྩལ་དང་འདྲ་བར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་  
 ཆེས། ཉང་ཆུ་འདི་བྱ་རྒྱུ་དུང་རིའི་རྩེ་འདྲེན་པ་ལས་ཀྱང་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་དགའ་  
 བར་གསུངས་པ་རྣམས་བསམ་དགོས། དེ་ལྟར་དོན་ཆེ་བ་བསམ་དུས་རང་ལ་ཆུར་  
 བསམ་སྟོང་གཏོང་དགོས། རྟེན་དགའ་བ་བསམ་དུས་གཞན་ལ་པར་བགྲིས་ནས་  
 བསམས་དགོས། དེ་ནས་སྟོན་པ་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་  
 སོགས་ཀྱི་གསལ་འདེབས་མང་ཉུང་སྐབས་སྐྱེར་དང་བསྐྱེད་ནས་སྐྱེ་བ་སྐྱེ་གསུངས།  
 པོ་ཏྲ་བའི་ཞལ་ནས། འཕན་ཡུལ་ན་ཟུའི་ཕུ་མཁར་བྱ་བ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས།  
 དལ་འབྱོར་གྱི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་ཆད་སྟོན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཟུའི་ཕུ་མཁར་ལྷན་  
 གྲུབ་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་དང་། མཁར་ཚེ་ཡིན་ཟེར་བ་གཉིས་ཡོད། གང་ལྟར་ཀྱང་  
 གདོས་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དགའ་ལག་དུ་ཤོར་བ་ལ། དེའི་མི་སེར་དཔོན་ཞིན་ཤིན་དུ་ཆེ་  
 བའི་ཆད་པོ་མགོ་དཀར་ཞིག་ཡོད་པ་ཕྱ་རན་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལས། སྐབས་ཤིག་ན་  
 མཁར་ཆུར་ཐོབ་པ་ཆད་པོས་ཐོས་པས་ཆད་པོ་ཤིན་དུ་དགའ་སྟེ་འགྲོ་མི་རུས་བཞིན་  
 དུ་མདུང་ཞིག་བྱེད་ནས་བཤལ་དུ་བྱེད་ཅིང་ཟུའི་ཕུ་མཁར་ཐོབ་པ་འདི་ཆེ་ལམ་མིན་  
 བ་རུང་སྟེ་ཟེར་བ་ལྟར། རང་ཅག་ཀྱང་དལ་འབྱོར་ཐོབ་པ་འདི་ཆེ་ལམ་མིན་ན་རུང་  
 སྟེ་སྐྱེས་པ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་སྐྱེ་བ་དགོས་གསུངས། དེ་ལྟར་དལ་བའི་རྟེན་ལ་སྟོང་པོ་  
 ལེན་འདོད་མཆན་ཉིད་ཆང་བ་ཞིག་སྐྱེད་པ་ལ་ཆོས་བཞི་བསམ་དགོས་སོ་ཞེས་སོགས་  
 ཀྱི་སྐབས། ཆོས་སྐྱབ་དགོས་པ། སྐྱབ་རུས་པ། ཆོ་འདིར་སྐྱབ་དགོས་པ། ད་ལྟ་



ཉིད་ནས་སྐྱབ་དགོས་པ་བཞི་བསྐྱབ་བྱའི་ཆོས་ཡིན་ལ། དེ་བཞི་སྐྱབ་པའི་རྟགས་ནི་  
 རིམ་པ་བཞིན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་བ་འདོད་ཅིང་སྐྱག་བསུལ་མི་འདོད་  
 པར་མཚུངས་ལ། བདེ་བ་སྐྱབ་པ་དང་སྐྱག་བསུལ་སེལ་བའི་རྒྱ་ཆོས་ལས་གཞན་  
 མེད་པ་དང་། བྱའི་རྒྱུན་བཤེས་གཉིན་དང་ནང་གི་རྒྱུན་དལ་འབྱོར་གཉིས་དང་  
 ལུན་པ་དང་། འདིར་མ་བསྐྱབ་ན་སྐྱེ་བ་དུ་མར་དལ་འབྱོར་རྟེན་དཀའ་བ་དང་།  
 རྣམ་འཆིལ་ངེས་པ་མེད་པ་བཞི་བཀོད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱབ་བྱ་དེ་བཞི་རྟགས་པའི་  
 རྗེས་དཔག་བཞི་སྐྱེ་བར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་བཤད་  
 ཀྱང་ལས་གྱི་མཐའ་མ་ལོག་པ་དང་། གནས་ལ་དད་པ་གཉིས་གཙོ་བོ་ཡིན། དེ་  
 བསྐྱེམ་པས་ལེ་ལོ་འགོག་ལ། དེ་བཀག་ན་དོན་ཆེ་སྟེ། འཕགས་པ་ལྟས། གང་ལ་  
 ལེ་ལོ་གཅིག་ཡོད་པ། ། དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་མེད་པ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལེ་  
 ལོ་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གོགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་གསུངས། ཡང་དགེ་བ་རྣམ་དག་ནི་ཆེ་  
 འདིའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱིས་མ་སྤྲགས་པའི་དགེ་བ་ལ་བྱེད་པས་ཤིན་དུ་དཀོན་ཆིང་། རྩོ་བོ་  
 རིན་པོ་ཆེ་ལྟ་བུ་ལ་དགེ་ཙམ་འདི་བྱེད་རང་མཁྱེན་སྒྲུལ་ནས་བཅོལ་བའི་དགེ་ཙམ་ནི་བསྐྱེ་  
 བ་མ་བྱས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་རྒྱུར་འགོ་བཙུང་པར་གསུངས་པས་དགེ་བ་རྣམ་དག་དུ་  
 ཅིའི་བྱུར་མི་འགོ། དེ་བཞིན་དུ་རྒྱལ་བྱིམས་རྣམ་པར་དག་པའི་དགེ་སྤྲོང་ཞེས་  
 བཤད་པ་ཡང་གུ་དོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཕམ་པས་མ་གོས་ཤིང་། དེ་མན་ཆད་ཀྱི་  
 རྩུང་བ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་བཞིན་དུ་འཛུགས་པ་ལ་བྱེད། གྲུ་ཡང་བའི་དབང་དུ་བྱས་ན་  
 རྣམ་སྒྲིན་ལ་ཤིན་དུ་འཇིགས་ནས་བྱི་དྲོའི་ཁ་བས་ལྟ་བུ་རེ་སྤྲད་ཀྱིས་བཅད་ནས་མི་  
 འཇུག་པ་དེའི་ཆ་ནི་རྒྱལ་བྱིམས་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་གསུངས། སྤྱིན་སྐྱོགས་ཀྱིས་  
 གྲོགས་བྱས་ཞེས་པའི་སྐྱབས་གྲོགས་བྱེད་རྒྱལ་བའི་རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས། སྤྱིན་པས་  
 ལོངས་སྤྱོད་བྱིམས་ཀྱིས་བདེ། ། བཟོད་པས་མདངས་ལུན་བཙོན་པས་བརྗོད།  
 བསམ་གཏན་གྱིས་ཞི་སྒྲོ་ཡིས་གྲོལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྤྱོན་ལམ་དྲི་མ་མེད་



པས་མཆམས་སྒྱུར་བ་དྲི་མ་མེད་པའི་སྒྲོན་ལམ་ནི་ཐོག་མཐའ་བར་དགེ་བའི་སྒྲོན་ལམ་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས། གཉིས་པ་ལ་གཉིས། ལམ་སྒྱུའི་རྣམ་གཞག་ལ་ངེས་པ་བསྐྱེད་  
 པ། དེ་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་ཚུལ་དངོས་སོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། མངོན་རྟོགས་བྱུན་  
 ལྟར་ན་རྣམ་རྟོགས་སྒྱུར་བ་ནས་སྐད་ཅིག་སྒྱུར་གྱི་བར་དང་། ལམ་རིམ་ལྟར་ན་  
 བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་ཞི་ལྷག་གི་བར་གྱི་ལམ་ཐམས་ཅད་ཆ་ཆང་པོར་སྒྲེས་བུ་  
 གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་དུ་འདུས་པ་ཡིན་པས་གནད་འདིས་ལམ་རིམ་ཁྱུས་ན་ཆོས་གཞན་  
 ཐམས་ཅད་ཁྱུས་པ་དང་། འདི་ཉམས་སྲ་སྒྲངས་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཉམས་སྲ་  
 སྒྲངས་པར་འགོ་བཡིན་གསུངས། ། །



## ཉིན་བརྒྱ་བཞི་པ།

སྒྲིབ་དཔོན་དཔལ་པོས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པའི་སྒྲིས་རབས་ལས། རབ་ཏུ་  
 བསྒྲིམས་ཀྱང་གནས་མི་རུས། ། གང་ལ་བཅོས་སུ་མི་རུང་བ། ། འཇིགས་ཤིང་སྤར་  
 བར་བྱས་པ་ཡིས། ། དེ་ལ་ཕན་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད། ། ཅེས་པའི་ལུང་འདྲེན་གནང་སྟེ་  
 སྟོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྒྲི་དང་བྱད་པར་བཤེས་སྤངས་ལས། ས་དང་ལྷན་པོ་རྒྱ་  
 མཆོ་ཉི་མ་བདུན། ། འབར་བས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་ཅན་འདི་དག་གྱང་། ། ཐལ་བ་  
 ཡང་ནི་ལུས་པར་མི་འགྱུར་ན། ། ཤིན་ཏུ་ཉམས་རྒྱུ་མི་ལྟ་སྟོས་ཅི་འཆལ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་ཉམས་རྒྱུ་བདག་ལྟ་སྟོས་ཅི་འཆལ། ཞེས་པ་ལྟ་བུར་  
 བརྒྱུར་ནས་འདོན་ཞིང་འཆི་བ་བསམ་དགོས། ཡང་དཔེར་ན། བྱད་ཞིག་གིས་  
 རྒྱགས་བཞི་ལ་མདའ་རེ་ཅིག་ཅར་དུ་འཕངས་པ་ན་མི་ཞིག་གིས་སྒྲོར་བ་བསྒྲོར་ཏེ་  
 མདའ་བཞི་ག་འཕྲལ་དུ་ལེན་བྱ་བ་ན་མི་དེ་མཁྱེད་པས་བསམ་མི་མཁྱེད་པས། དེ་ལས་  
 ཀྱང་ས་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་མཁྱེད་པས། དེ་ལས་མཁའ་ལ་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་མཁྱེད་པས།  
 དེ་ལས་ལྟ་ལྟར་བྱལ་ཅན་ཟེར་བ་མཁྱེད་པས། དེ་ལས་ཉི་ཟླའི་བཤོད་པ་མཁྱེད་པས། དེ་  
 ལས་རང་གི་ཆེ་མཁྱེད་པས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་ཀུན་སྒྲིང་བྱང་རྒྱུ་བ་ཀྱི་སེམས་བཅོས་  
 མ་ཚུན་གྱིས་མ་ཟིན་ན། སྒྲིས་བྱ་རྒྱུ་འབྲིང་གི་ལམ་གང་བསྐྱེད་ཀྱང་ལམ་རིམ་  
 བསྐྱེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་འགྲལ་པ་གཉིས་ཁམས་ནས་ཡར་ཡོང་བའི་ཆེ།  
 གཅིག་གི་རྩ་བོ་རིན་པོ་ཆེའི་ཞལ་མཇལ་འདོད་ནས་ཡོངས་ན་གོམ་པ་རེ་རེ་ལ་ཡང་  
 ཕན་ཡོན་འབྱུང་། གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཆོང་གི་ཕྱིར་དུ་ཡོང་ན་ལྟ་སར་རྩ་བོ་རིན་པོ་ཆེ་  
 ཞལ་མཇལ་བའི་ཆེ་ཕན་ཡོན་གཅིག་འབྱུང་ལ། གཞན་ཕན་ཡོན་གཏན་ནས་མི་  
 འབྱུང་། དེ་གཉིས་ཡོང་བའི་ལམ་གཅིག་ཡིན་ཀྱང་བསམ་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་



ཡང་བ་བཞིན་དུ། ཀུན་སྒྲིབ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་ན་ལམ་རིམ་ཉམས་སུ་སྤངས་  
 པར་འགྱུར་ལ། དེས་མ་ཟིན་ན་སེམས་བསྐྱེད་དངོས་ལ་མ་སྐྱེབ་བར་དུ་ལམ་གྱི་རིམ་  
 པ་འདི་ཉམས་སུ་སྤངས་པར་མི་འགྱུར་གསུངས། ཡང་ལམ་སྒྲིན་ལས། རང་རྒྱད་  
 གཏོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས། ། ཞེས་ག་གཏོགས་མཛད་པ་དང་། རང་རྒྱད་  
 ཏོགས་པའི་ར་ཏོགས་མཛད་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོའི་དབང་དུ་བཏང་ན། རང་  
 གི་རྒྱད་དུ་གཏོགས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་འགྲོ་བ་གཞན་གྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཟད་པར་  
 འདོད་པ་སྟེ་གཏོང་ལེན་གྱི་དམིགས་པ་བྱེད་པ་ལྟ་བུ། གཉིས་པའི་དབང་དུ་བཏང་  
 ན། རང་རྒྱད་དུ་ཏོགས་པ་སྟེ་རང་གི་གང་ཏོགས་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་  
 ཡང་དག་པར་ཟད་པར་འདོད་པའི་དོན་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་མངོན་མཐོའི་  
 ཐབས་མ་ནོར་བ་ལ་ཞུགས་པ་བཟུང་ངོ་ཞེས་པའི་སྐབས། སྤྱིར་བཏང་སྦྱིས་བྱ་རྒྱུ་  
 ཏུ་ལ་ཆེ་འདི་ལྟར་ལེན་པ་དང་། ཆེ་ཕྱི་མ་ལྟར་ལེན་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཆེ་འདི་ལྟར་  
 ལེན་པ་ནི་སྦྱིས་བྱ་རྒྱུ་ཏུ་ཅམ་པོ་བ་དང་། ཕྱི་མ་ལྟར་ལེན་པ་ལ་ཡང་རང་ཉིད་ངན་  
 འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་འཇིགས་ནས་མངོན་མཐོ་དོན་དུ་གཉེར་བ་དང་། སྦྱིས་བྱ་  
 ཆེན་པོ་དང་ཐུན་མོང་བའི་སྦྱིས་བྱ་རྒྱུ་ཏུ་ཞིག་བཅས་ཡོད་པས་འདིར་ཕྱི་མ་དེ་  
 བཟུང་། དེ་བཞིན་དུ་སྦྱིས་བྱ་འབྲིང་ལ་ཡང་། རང་ཉིད་གཅིག་ཕྱི་མ་བདེ་དོན་  
 གཉེར་གྱི་བསམ་པས་ཐུང་འདས་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྦྱིས་བྱ་འབྲིང་དང་། ཆེན་པོ་  
 དང་ཐུན་མོང་བ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་འདིར་ཕྱི་མ་བཟུང་གསུངས། གཉིས་པ་ལ་  
 གཉིས་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་སྒྲིན་ནས་འབྲིད་པའི་དོན་གང་ཡིན་པ། རིམ་པ་དེ་  
 ལྟར་འབྲིད་པའི་རྒྱ་མཚན་བསྟན་པའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ལམ་རིམ་འདི་ཆང་  
 ལ་མ་ནོར་བའི་ལམ་ཡིན་ཚུལ་འཆད་དེ། དེ་ལ་ལམ་ཆ་ཆང་བའི་ཚུལ་དང་མ་ནོར་  
 བའི་ཚུལ་གཉིས། དང་པོ་ཆ་ཆང་བའི་ཚུལ་དེ་སྟོན་པ་ལ་སྦྱིས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་དུ་  
 གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་འདུ་བའི་ཚུལ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་འདི་གསུངས། གཉིས་པ་



མ་ཞོར་བའི་ཆུལ་དེ་ལ། གོ་རིམ་མ་ཞོར་བའི་ཆུལ་དང་། རོ་བོ་མ་ཞོར་བའི་ཆུལ་  
 གཉིས། དང་པོ་ལ་གོ་རིམ་ངོས་བཟུང་བ་དང་། མ་ཞོར་བའི་རྒྱ་མཆན་བསྟན་པ་  
 གཉིས་གསུངས། དང་པོ་སྟན་པ་ལ་སྒྲིམ་བུ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྲིད་པའི་དོན་  
 གང་ཡིན་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་འདི་གསུངས། གཉིས་པ་གོ་རིམ་མ་ཞོར་བའི་རྒྱ་  
 མཆན་བསྟན་པ་ལ། རྒྱ་མཆན་དངོས་དང་། དགོས་པ་གཉིས་གསུངས། དེ་སྟན་  
 པ་ལ། རིམ་པ་དེ་ལྟར་འབྲིད་པའི་རྒྱ་མཆན་བསྟན་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་འདི་ལ་རྒྱ་  
 མཆན་དངོས་དང་། དགོས་པ་སྟེ་ས་བཅད་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་གསུངས་པ་ཡིན།  
 གཉིས་པ་རོ་བོ་མ་ཞོར་བའི་ཆུལ་ནི། དེ་ལ་སྒྲིང་པོ་ལེན་ཆུལ་དངོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྲིམ་  
 བུ་གསུམ་སོ་སོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒྲོ་སྒྲིང་བའི་ཆུལ་རྣམས་གསུངས། དེ་ལྟར་ས་  
 བཅད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཁུས་པ་རྣམས་ཀྱི་གནད་འགག་ཁ་ཤས་ཁྱ་ན། སྒྲིམ་སྒྲིམ་བུ་གསུམ་  
 གྱི་ལམ་དུ་གསུང་རབ་ཐམས་ཅད་འདུ་ཞེས་པ་ནི། དེར་ལམ་ཐམས་ཅད་འདུ་བའི་  
 དོན་ཏེ། འདུ་ཆུལ་ནི། འགའ་ཞིག་ལམ་དངོས་དང་། འགའ་ཞིག་ཡན་ལག་དུ་  
 འདུའོ། ལམ་རིམ་འདི་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆོ། སྲིད་པའི་བདེ་བ་ཅམ་ལ་ཐོབ་བྱར་  
 བྱེད་པའི་སྒྲིམ་བུ་རྒྱུད་དུ་དང་། རང་དོན་རྒྱུད་པ་ཞི་བདེ་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒྲིམ་བུ་  
 འབྲིང་གི་ལམ་དང་། བྱེ་ནང་བྱུན་མོང་བའི་ཞི་གནས་གསུམ་ནི་དོར་བྱ་ཡིན་ནོ།  
 དེའི་སྒྲིམ་ཀྱན་སྒྲིང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་དགོས་བས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕན་ཡོན་གྱི་  
 སྒྲོ་ནས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་པ་ལ། དེ་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་ན་སྒྲིང་འཇུག་ལས། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་སྒྲིམ་གྱུར་ན་སྐད་ཅིག་གིས། ། ཞེས་པ་ནས། སྒྲིམ་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དང་བྱུན་  
 མོང་བའི་བསམ་པ་སྒྲིང་དགོས་སོ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། དེ་ལྟ་བུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་ལ། དང་པོ་ནས་སེམས་དེ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་སྒྲིབ་མི་ཡོང་  
 བས་དེ་སྒྲིབ་པའི་ཐབས་སུ་སྒྲིམ་བུ་རྒྱུད་འབྲིང་དང་བྱུན་མོང་བའི་ལམ་བསྐྱོམ་པ་ནས་  
 བྱམས་དང་སྒྲིང་རྗེ་བསྐྱོམ་པ་ལ་བྱག་བྱག་གི་བར་དུ་གསུངས། དེ་དག་སེམས་དེ་སྒྲི



བའི་ཐབས་སུ་འགྱུར་ཚུལ་ནི། རྒྱུ་དུའི་སྐབས་སུ་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐལ་དང་།  
 འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་འཁོར་བའི་སྤྱག་བསྐལ་བསམས་པ་ནམས་རང་ཉམས་ལ་  
 དཔགས་ནས་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་སྤྱག་བསྐལ་འདི་དག་ཡོད་ཚུལ་བསམས་ན་  
 བྱམས་སྤྱིང་རྗེ་སྤྱི་སྤྱི་ལ། དེས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྤྱི་བར་འགྱུར། དེ་བཞིན་དུ་  
 སྤྱབས་འགྲོ་ལས་འབྲས་བསྐྱམ་པ་སོགས་བསག་སྤྱང་ལ་འབད་པ་ཡང་སེམས་དེ་སྤྱི་  
 བའི་ཐབས་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་ཀུན་སྤྱིང་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཟིན་པ་འཇམ། ལམ་  
 དེ་དག་སེམས་བསྐྱེད་སྤྱི་བའི་ཐབས་སུ་བསྐྱམ་པ་ནི་ལམ་རིམ་བསྐྱམ་པའི་མན་ངག་  
 སུལ་དུ་ཕྱིན་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ལམ་རིམ་གྱིས་བསྐྱམས་ནས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྦྱོར་  
 ལམ་དྲོད་ཐོབ་པ་ན་སྤྱགས་ལ་འཇུག་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། གལ་ཏེ་དེ་ཙམ་ལས་མི་  
 སྤྱགས་པ་འཇམ་སྤྱི་ལྟར་རྒྱུ་ན་ད་དུང་སྤྱགས་ལ་མི་འཇུག་པར་གསུངས། དེ་ཡང་  
 སྤྱགས་འདི་ཉིན་ཆེ་བས། རྩོམ་གྱིང་བཀའ་གདམས་སྤྱགས་བམ་དུ་འབྲོམ་ལ།  
 ཕྱིས་གཉིན་པོའི་བཙན་ས་མ་ཟིན་པས། ། ཆོས་ཟབ་མོའི་གྲགས་པས་སྤྱགས་པ་  
 འབྲུལ། ། མར་འཁོར་བའི་གཏིང་རྩོད་བྱས་ཀྱི་དོགས། ། ཁྱོད་གསང་སྤྱགས་ཟབ་མོ་  
 རྒྱུད་ལ་བཞེན། ། ངག་གསང་སྤྱགས་ཁས་འཆེ་མ་ཟེར་ཞིག ། དཔལ་བཟུན་པ་སྤྱི་  
 ཡི་འབས་ཏོག་དུ། ། ཆོས་སྤྱི་སྤྱི་དེ་ཙམ་ཆེན་ཆེའོ་བྱ། ། འདི་སྤྱགས་སུ་དགའོ་འབྲོམ་  
 སྤྱི་མཆོག ། ཅེས་སྤྱགས་གསང་དགོས་པ་དང་། མ་གསང་ན་ཕན་ཡོན་གྲགས་པ་  
 ཆེ་བས་སྤྱགས་པ་ནམས་འབྲུལ་ནས་འཁོར་བའི་གཏིང་རྩོད་པ་དང་། འོ་ན་  
 བཟུན་པ་སྤྱི་ཡི་འབས་ཏོག་དུ་སྤྱགས་མི་དགོས་བསམ་ཞེ་ན། བཟུན་པའི་འབས་  
 ཏོག་དུ་སྤྱི་སྤྱི་གསུམ་ཆེ་བ་ཡིན་ཚུལ་གསུངས་ཤིང་། འདིའི་འཁོར་བའི་གཏིང་རྩོད་  
 ཞེས་པ་ནི། དཔེར་ན་གྲུ་རྩིངས་ཀྱི་གཏིང་རྩོད་དང་འདྲ་བར་འཁོར་བའི་གཏིང་  
 གཏིང་དུ་སྤྱི་པའི་རྩོད་ལྟ་སྤྱི་འཁོར་བའི་གཏིང་གཏིང་ནི་མནར་མེད་ཡིན་པས་འདི་  
 མནར་མེད་ལ་བྱ་བ་ཡིན། རྩོམ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ལ་འབྲོམ་གྱིས་ཀྱང་མན་ངག་



ནོར་བུའི་འབྲེང་པར། བེ་ཆོམ་ཐམས་ཅད་སྤངས་བྱ་ཞིང་། ། རྒྱལ་ལ་ནན་ཏན་  
གཅིས་སུ་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། ལྷ་བཞིས་ཀྱང་འབྲོམ་ལ། བཀའ་ཟབ་མོ་  
འདམ་ཁ་མ་ལོག་རྗེ། ། ཏུས་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་རབ་དུ་བཅན། ། ཆོས་འདི་  
གསུམ་སྦྱོད་པར་བྱིན་གྱིས་རྒྱུ་བས། ། ད་མེ་ཆོམ་མེད་པར་རྒྱལ་ལ་བཅོན། ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ཡིན། རྒྱགས་ལ་འཇུག་འདོད་ན་ཞེས་པའི་འདོད་པ་ལ་བཟང་ངན་  
གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི་རང་ཉིད་རྒྱགས་གྱི་གདུལ་བྱར་གྱུར་པ་ན་རྒྱགས་ལ་འཇུག་  
འདོད་པ། ངན་པ་ནི་རང་ཉིད་རྒྱགས་གྱི་གདུལ་བྱར་མ་གྱུར་ཀྱང་རྒྱགས་ལ་འཇུག་  
འདོད་པ་ཡིན་གསུངས། རྒྱགས་ལ་འཇུག་ན་ནི་སྦྱིར་ཐེག་པ་ཐམས་ཅད་དང་ཁྱད་  
པར་དུ་གསང་རྒྱགས་ནས་ནན་ཏན་ཆེ་བར་གསུངས་བས་ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ།  
བཤེས་གཉེན་བཞེན་རྒྱལ་ཀྱང་མདོ་རྒྱགས་གཉིས་མི་འདྲ་སྟེ། རྒྱགས་གྱི་སྐབས་སླ་མ་  
བསྒྲམ་པའི་ཆོ་ཡང་ཐ་མལ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་མི་སྒྲམ་པར་རྟོ་རྗེ་འཆང་སོགས་ཡི་  
དམ་གྱི་རྣམ་པར་བསྒྲམ་པ་དང་། ལྷག་དུ་ཡི་དམ་ལས་ཀྱང་སླ་མ་ལྷག་པ་བྱེད་དགོས་  
ཏེ། སླ་མ་མར་པས་པཎ་ཆེན་རྒྱ་རྩེ་པའི་སྐུ་མདུན་དུ་ཕེབས་སྐབས། སླ་མའི་མདུན་  
དུ་ཡི་དམ་དགུས་པ་རྟོ་རྗེའི་ཉེན་དང་བཞེན་པར་བཅས་པའི་དགྱིལ་འཁོར་ཡོངས་  
རྒྱགས་གསལ་བར་གཟིགས་པ་ན་མར་པ་མེ་ཆོམ་མཛད་ཅིང་བཞུགས་པས། རྒྱ་རྩེ་  
པས་ཁྱོད་སྦྱོན་ལ་སླ་མ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལམ་ཡི་དམ་ལ་འཆལ་གསུངས་པར། མར་  
པས་ཕྱགས་བསམ་བཞེས་ནས། སླ་མ་དུས་རྒྱན་མཇལ་ཆོག་པ་འདུག ཡི་དམ་ད་  
རེས་ལན་ཅིག་མཇལ་དུས་འདིར་ཡི་དམ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ཁྱས་ནས་ཕྱག་བཅལ་བས།  
རྒྱ་རྩེ་པས། སླ་མ་མེད་པའི་གོང་རྟོ་རྩེ་ནས། ། སངས་རྒྱས་བྱ་བའི་མིང་ཡང་  
མེད། ། བསྐལ་པ་སྟོང་གི་སངས་རྒྱས་ཀྱང་། ། སླ་མ་དག་ལ་བཞེན་ནས་བྱང་། །  
ཡི་དམ་སླ་མའི་སྦྱལ་པ་ཡིན། ། གསུངས་ནས་དགྱིལ་འཁོར་ཕྱགས་ཀར་བསྐྱུས། དེ་  
ནས་རྒྱ་རྩེ་པས་ཉེན་འབྲེལ་འཕྱགས་པས་ཁྱོད་རང་ལ་ཆོས་རྒྱུད་རིང་པོ་མི་ཡོང་ཞེས་



གསུངས་པ་ལྟར་མར་པའི་ཆོས་རྒྱན་ཆང་བ་སྤྲས་དར་མ་མདོ་ལྟེ་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཁོང་སྤྱི་  
 ཆོ་མཐར་མ་ཕྱིན་པས་ཆོས་རྒྱན་ཀྱང་པལ་ཆེར་བྱལ་སོང་བ་ཡིན། ཡང་སྤྲ་མ་ལྟ་བུ་  
 པ་ལས། རིགས་པ་ཡིས་ནི་མི་རྩལ་ན། ། མི་རྩལ་དེ་ལ་ཆོག་གིས་སྤྱང་། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་འདི་དེ་ལྟར་སྤྱང་བཤད་ཞུས་ན་ཉེས་པ་ཁེགས་པ་མ་གཏོགས། གཞན་  
 རྣམས་ཀྱི་སྐབས་སྤྲ་མས་བོང་བྱ་གསོད་གསུངས་ཀྱང་གསོད་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་དངོས་  
 གྲུབ་ཀྱི་གེགས་སུ་འགྱུར་ཞེས་བདག་གི་སྤྲ་མ་ལྟ་བུས་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་ཉིད་ནས་  
 གསུང་གི་ཡོད་གསུངས། འཆི་བ་མི་རྟག་པའི་སྐབས་སུ། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས། གང་  
 ལ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མངའ་བདག་། རང་ཉིད་འཆི་བདག་བྱེད་པོ་མེད། ། ཡོད་  
 དེས་རྣལ་བཞིན་གཉིད་ལོག་ན། ། དེ་ལས་མ་རུངས་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ནི་  
 འཇིག་རྟེན་གསུམ་པོ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མངའ་བདག་ནི་འཆི་བདག་ཡིན། དེས་ང་རང་  
 ཆོའི་སར་སྤྱི་ཆབ་ཀྱང་མི་གཏོང་བར་ཁོ་རང་སྤེལ་ཡོང་། དེ་ལྟ་བུ་ཡོད་བཞིན་དུ་ཡང་  
 རྣལ་པབ་བཞིན་དུ་གཉིད་ལོག་པ་ལྟ་བུར་བསྐྱེད་ན་དེ་ལས་མ་རུང་པ་གཞན་ཅི་ཡོད་  
 ཅེས་པའི་དོན་ཡིན། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་རྟག་པའི་སྤྱི་པོའི་ཁར་ཚུད་པ་སོགས་  
 རྣམས་པའི་ཕྱིར་གཙུག་ལག་ཁང་གི་སྒོ་ཁང་དུ་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་དང་། བསལ་ཁང་  
 དུ་ཀེང་རུས་སོགས་འབྲི་བར་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་འཆི་བདག་དེ་རྟ་ལྟ་བུ་ཡིན།  
 རེད་རང་ཆོ་དེར་ཞོན་ནས་ཡོད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་མ་ཞིག་ན་རྟ་དེས་དམུལ་བའི་  
 གཏོང་དུ་བསྐྱར་ཡོང་། ཡང་སྤྱིད་འཇུག་ལས། ཐམས་ཅད་བོར་ཏེ་ཆ་དགོས་  
 པར། ། བདག་གིས་དེ་ལྟར་མ་ཤེས་ནས། ། མཛའ་དང་མི་མཛའི་དོན་གྱི་ཕྱིར། །  
 རྟོག་པ་རྣམས་པ་སྤྲ་ཆོགས་བྱས། ། ཞེས་པའི་ཆ་དགོས་པ་ཞེས་པ་འགྲོ་དགོས་པ་ཞེས་  
 པའི་དོན་ཡིན། དེ་ལྟར་ལུས་ལོངས་སྤྱིད་གཉིན་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་བོར་ནས་  
 རང་གཅིག་ཕུ་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་འགྲོ་དགོས་པ་དེ་ལྟ་བུ་བདག་གིས་མ་ཤེས་པར་  
 མཛའ་བ་གཉིན་དང་། མི་མཛའ་བ་དག་ལྟེ་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི་དག་འདུལ་



གཉིན་སྐྱོད་གི་ཕྱིར་ཞེས་པ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་དུ་སྤྲིག་པ་རིགས་མི་འདྲ་བ་རྣམ་པ་སྟེ།  
 ཆོགས་པ་ཞིག་བྱས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་འཆི་བ་དྲན་པ་མ་བསྟོམ་པའི་  
 ཉེས་དམིགས་ལ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་དགེ་བ་ལ་མི་འབྲུག་པ་ཉེས་དམིགས་  
 སྟོན་པ་ལ། ད་གཟོད་མཐར་འཆི་བ་ཅིག་འོང་སྟུམ་པ་ཀྱན་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཞེས་པ་ནས།  
 ཆོས་ལ་འབྲུག་དུ་མི་སྟོར་ལ་ཞེས་པའི་བར་གསུངས། གཉིས་པ་ཞུགས་ཀྱང་དགེ་བ་  
 མཐུ་ཆུང་ཞིང་ཉེས་སྦྱོད་སྟོབས་ཆེ་བར་བྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་སྟོན་པ་ལ། བརྒྱ་ལ་  
 ཐོས་བསམ་སྟོམ་པ་སོགས་ལ་ཞུགས་ཀྱང་ཆོ་འདི་བ་ཅམ་གྱི་ཆེད་དུ་སོང་ནས་དགེ་བ་  
 ཅི་བྱས་མཐུ་ཆུང་ཞིང་། དེ་ཡང་ཉེས་སྦྱོད་སྤྲིག་ལྟར་དང་འབྲེལ་བར་འབྲུག་པས་  
 ངན་འགྲོའི་རྒྱ་དང་མ་འདྲེས་པ་དཀོན་ནོ། ཞེས་པ་འདི་གསུངས། གསུམ་པ་ཆོས་  
 རྣམ་དག་སྐྱབ་མི་རུས་པ་འམ་ཆོས་རྒྱལ་བཞིན་སྐྱབ་མི་རུས་པའི་ཉེས་དམིགས་སྟོན་པ་  
 ལ། གལ་ཏེ་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱབ་དུ་ཆུག་ཀྱང་ཞེས་པ་ནས།  
 བཙོན་པ་ཆེན་པོས་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྐྱབ་པ་མི་འོང་ངོ་། ཞེས་པའི་བར་གསུངས།  
 བཞི་པ་ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས་སྟོན་  
 པ་ལ། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་ཆོ་འདིའི་ཡུན་ཆོགས་ལྟར་སྤངས་པས་ཞེས་པ་ནས། དེ་  
 ལས་མ་རུངས་པ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེས་པའི་བར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། འཆི་བ་  
 དྲན་པ་ནི་ཀེའུ་ཆང་གནས་སྤྲ་མ་རིན་པོ་ཆེ་རྒྱ་མཆོད་བང་ལྷག་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས་ཏེ།  
 ཁོང་སྤྱང་དུས་དང་པོར་སྟོན་པ་བཞེན་པར་མཛད། དེ་ནས་སྟོན་པ་ཡང་མ་བཞེན་  
 པར་ཐུགས་ཐག་སྤྲད་ཀྱིས་བཅད་དེ། གཞན་གྱི་ཞག་ཤས་བཞུགས་རྒྱུའི་ཁྱེད་དང་  
 སྐྱ་གཟུགས་དགའ་མོ་འདུག་ཚུལ་ཞུས་ཀྱང་ཐུགས་ལ་གཏིང་ནས་མི་འབབ་པ་ཞིག་  
 ཡོད། ཟླ་བ་བྱེད་གསུམ་གྱི་བར་དུ་སྟོན་པ་སོགས་ལ་གཏན་ནས་མ་བཞེན་ཅིང་།  
 ཐེབས་ཆོག་ཆོག་ལྟ་བུ་མཛད་ནས་བཞུགས་པ་ཡིན། འཆི་བ་དྲན་པ་བསྟོམ་པ་ལ་  
 བཞེན་ནས་ལས་བཟང་བ་མང་དུ་བསགས་ཏེ་རང་ཉིད་འཆི་བས་མི་འཇིགས་པའི་གོ་



འཕང་དམ་པར་ཕྱིན་ནས་གཞན་ཡང་དེར་འབྲིད་དེ་ཆོག་པ་ཡིང་། དེར་མ་ཟད་  
 དཔེའི་སྒོ་ནས་ཀྱང་བསྐྱགས་ཚུལ་ནི། བྱ་ངན་འདས་ཆེན་ལས། ཞིང་ཚོ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཀྱི་ནང་ན་སྟོན་གྱི་ལོག་མཆོག་གོ། ཞེས་སོགས་ལྟར། དེ་ཡང་དཔེར་ན་སྟོན་གྱི་  
 དུས་དྲིད་གཤེར་འཛམས་པའི་ས་གནི་དུལ་མ་ལ་ལོག་རྒྱབ་ན་རྩ་ངན་དང་རམ་པ་ལ་  
 སོགས་པ་ས་འོག་དུ་སོང་བ་རྣམས་རུལ་ཏེ་ལོ་རྗེས་མའི་ལུད་ལ་ཕན་པ་སོགས་འབྱུང་  
 བས་སྟོན་དུས་ཀྱི་ལོག་དེ་ལོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཆོག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་རང་གི་རྒྱད་  
 མ་རུང་པ་དེ་མི་རྟག་པ་དང་འཆི་བའི་འདུ་ཤེས་འདིས་དགེ་བ་ལ་བཀོལ་དུ་རུང་བར་  
 བྱེད། ཡང་རྗེས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ན་བ་ལང་གི་རྗེས་མཆོག་དུ་གསུངས་པའི་དོན་  
 ནི། བ་ལང་དང་སྤང་ཆེན་སྐད་དོད་འདུ་བས་འདིར་ནི་སྤང་ཆེན་ཏེ། དེ་ཡང་སྤང་  
 ཆེན་ལྷ་མཆོག་བྱ་བ་དེ་གང་དུ་ཕྱིན་ཀྱང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བུལ་བ་ཡིན་  
 པས་དེ་དང་དཔེ་དོན་སྒྱུར་ནས་གསུངས་པ་དང་། ཡང་སྤང་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་རྗེས་དེ་  
 པསྤྲ་འདབ་བརྒྱད་འདུ་བ་ཞིག་འོང་བས་འདུ་ཆོས་སྒྱུར་ཏེ་པསྤྲ་འདམ་ལས་སྒྲིས་ཀྱང་  
 འདམ་གྲིས་མ་གོས་པ་དང་དཔེ་སྒྱུར་ནས་གསུངས་པ་ཡིད་ཀྱང་གོ་བདེ་བའི་དབང་དུ་  
 བྱས་ན། སྤང་ཆེན་ལུས་ཆེ་བ་དང་། དེར་མ་ཟད་སྟོབས་ཀྱང་ཆེ་བས་རྒྱུ་རྗེས་ཆེ་  
 སང་སང་འཛོག་པ་དེ་བཞིན་དུ། འཆི་བ་མི་རྟག་པ་འདི་བསྐྱོམས་ནས་རྗེས་ཆེན་པོ་  
 བཞག་ཡིང་ཞེས་སྒྲུབས་མགོན་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་ནས་གསུང་གི་ཡིད་གསུངས། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཉོན་མོངས་རེ་རེ་ནས་གཉེན་པོ་མ་བཞེན་ཀྱང་འདི་བསྐྱོམས་པ་ལ་བཞེན་ནས་  
 ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་དང་། ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་དུ་  
 འཛམས་པའི་ཐོ་བ་ལྟ་བུ་དང་། འདི་ནས་བཟུང་བྱང་རྒྱབ་ཀྱི་བར་གྱི་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་སྒྱབ་པ་ལ་འཇུག་སྒོ་ལྟ་བུ་ཡང་ཡིན། འདི་ལ་དོན་  
 འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་ཐོས་པས་ཀྱང་དོན་ཆེན་པོ་ལ་འཇུག་པར་འགྱུར་ཏེ། ཆོམས་ལས།  
 གང་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་དོན་གཉེར་ལས། ། ཐེ་ཆོམ་ལས་ཀྱང་འཇུག་ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་



གསུངས་ཤིང་། དག་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་ཀྱང་། ཞིང་པ་འདི་ནམས་ལ་ལོ་ལྔ་མ་གཉིས་  
 ཀུན་ཐོག་བྱང་མ་སོང་། དེ་ལོ་ཞིང་བཏབ་མི་འགྲོ་བས་མ་ཀྱང་ཡང་ནི་འདེབས་  
 གིན་སྒྲུང་གསུངས། དེ་ཡང་ལོ་ལྔ་མ་ནམས་ལ་མ་བྱང་ཀྱང་དེ་ལམ་དག་འཕྲོ་ཡོང་  
 ལྷམ་པའི་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིམ་པས་བསྐྱུལ་ནས་ཞིང་འདེབས་པའི་བྱ་བ་ལ་  
 འཇུག་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ལག་དུ་ལེན་རྒྱ་ཡོང་བ་ལྟར། འཆི་ཡོང་ངམ་  
 ལྷམ་པ་དོན་འགྱུར་གྱི་ཐེ་ཆོམ་སྒྲིམ་ནས་ཆོས་ལ་འཇུག་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གནས་  
 སྐབས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ལག་དུ་ལེན་ཡོང་གསུངས། ཡང་འཕན་ཡུལ་རྒྱལ་པ་དང་  
 རྟོད་ལྱང་པ་ཡུལ་མ་འཆམ་པའི་རྒྱུན་གྱིས་འཁོན་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་ཡོད་པས། རྒྱལ་དུ་  
 རྟོད་ལྱང་པ་གཅིག་ཡོང་ཀྱང་གནས་ཆང་རྒྱུན་ཆད་མི་གཡར། རྟོད་ལྱང་དུ་རྒྱལ་བ་  
 པ་གཅིག་ཡོང་ཀྱང་དེ་ལྟར་བྱས། རྒྱལ་གྱི་ལ་ཞིག་ནས་རྟོད་ལྱང་དུ་འགྲོ་ས་ཡོད་པ་  
 དེར་ཡང་འགྲོ་ལམ་གཅིད་པ་སོགས་ཀྱིས་ཕན་རྒྱུན་དོགས་ཐོན་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་བྱེད་པ་  
 ཞིག་བྱང་བ་ལྟར། རང་ཅག་ཀྱང་འཆི་བ་འདི་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་དོགས་ཐོན་བྱེད་དགོས་  
 ཤིང་། འདི་ནི་ཆོས་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་ཀར་དགོས་པ་ཡང་ཡིན་གསུངས།  
 རྟོན་བྱང་དུ་མི་ཞིག་ཤིན་དུ་རྟོགས་ནས་ཡོད་པ་ལ་ཉིན་གཅིག་རྒྱགས་རྒྱ་བཤོས་  
 བྱ་མང་པོ་བསྐྱུལ་པ་ཐོས་པས། གཞན་གྱིས་བཤོས་བྱ་བ་ལྷན་ཉིག་ཡིན་བྱས་པ་ལ།  
 ཁོས་བྱང་གསེར་ཁའི་བཤོས་བྱ་དེ་ལོན་པ་རང་བཤིས་དང་ཟེར། དེ་པོ་ཏྲོ་བས་  
 གསན་ནས། ངའི་ཆོས་འདི་ངན་ངན་པོར་བྱེད་ཀྱིན་གདའ་སྟེ་ངན་ན་ཡང་ངན་  
 འདི་རྒྱུད་ལ་སྒྲིབ་ཞིག་མཛད་དང་གསུངས། ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་གལ་ཆེ་བ་  
 དང་འདི་གཉིས་ཀྱིས་ནི། ཆོས་འདི་ཐོག་མར་དགོས་ཀྱང་དེ་ནས་མི་དགོས་སྐྱམ་པ་  
 དང་། ཆོས་འདི་ཟབ་མོ་མིན་སྐྱམ་པའི་ལོག་རྟོག་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སེལ་བར་  
 འགྱུར་གསུངས། འཆི་བ་ལ་སྒྲག་པ་ལ་ཡང་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ལམ་ལ་མ་  
 སྐྱངས་པའི་འཆི་བ་ལ་སྒྲག་ལུགས་ནི། རང་ཉིད་གཉེན་སོགས་དང་བྲལ་དོགས་ནས་



སྒྲག་པ་ཡིན་ལ། གཉིས་པ་ལམ་ལ་སྤྱངས་པའི་འཆི་བ་ལ་སྒྲག་ལུགས་ནི། རྟིག་སྤྱང་  
 དགེ་སྤྱབ་མ་བྱས་པར་འཆི་བ་ལ་སྒྲག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྒྲག་པ་ཙམ་གྱིས་མི་ཕན་པར་  
 མཐོང་ནས་རྟིག་སྤྱང་དགེ་སྤྱབ་བྱས་པས་མཐར་འཆི་རུས་ཟིན་པའི་ཆེ་འགྲོད་པ་མེད་  
 པ་ཞིག་ཡོང་བ་ཡིན་གསུངས། འཆི་བ་དྲན་པ་སྒྲུབ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ། ཙ་བ་གསུམ་  
 རྩུ་མཆན་དགུ། ཐག་བཅད་པ་གསུམ་གསུངས་པའི་འདི་ཙ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་  
 གངས་འདྲེན་རེ་ངེས་པར་མཛད་དགོས་གསུངས་ནས། ཙ་བ་གསུམ་ནི། ངེས་  
 པར་འཆི་བ་བསམ་པ། ཉམ་འཆི་ངེས་མེད་བསམ་པ། འཆི་བའི་ཆེ་ཆོས་མ་  
 གཏོགས་པ་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཕན་པར་བསམ་པ་ནམས་སོ། རྩུ་མཆན་དགུ་ནི། ཙ་  
 བ་དང་པོ་ལ། འཆི་བདག་ངེས་པར་འོང་ལ་དེ་ཡང་རྩེན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་ཏུ་  
 མེད་པ། ཆེ་ལ་སྒྲོན་པ་མེད་ཅིང་འབྱིད་བྱེད་བར་མཆད་ཏུ་ཡོད་པ། གསོན་པའི་ཆེ་  
 ལ་ཡང་ཆོས་བྱ་བའི་འོང་མེད་པར་ངེས་པར་འཆི་བ་སྟེ་རྩུ་མཆན་གསུམ། ཙ་བ་  
 གཉིས་པ་ལ་འཛམ་བྱ་གྲིང་པའི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་ལ། འཆི་རྩེན་ཤིན་ཏུ་མང་ཤིང་  
 གསོན་རྩེན་ཏུང་བ། ལུས་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཆུང་བསན་ནམ་འཆི་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་སྟེ་རྩུ་  
 མཆན་གསུམ། ཙ་བ་གསུམ་པ་ལ་ལུས་ཀྱིས་མི་ཕན་པ། འོངས་སྤྱོད་ཀྱིས་མི་ཕན་པ།  
 གཉེན་གྱིས་མི་ཕན་པ་སྟེ་རྩུ་མཆན་གསུམ་བཅས་བསྟོམས་རྩུ་མཆན་དགུ། ཐག་  
 བཅད་པ་གསུམ་ནི། ཆོས་ངེས་པར་བྱ་དགོས་པར་ཐག་བཅད་པ། དེ་ཡང་ད་ལྟ་  
 ཉིད་ནས་བྱ་དགོས་པར་ཐག་བཅད་པ། ལུས་འོངས་སྤྱོད་གཉེན་གང་གིས་ཀྱང་རྩེན་  
 དབང་དུ་མི་གཏོང་བར་ཆོས་འབའ་ཞིག་བྱ་དགོས་པར་ཐག་བཅད་པ་སྟེ་རྩུ་མཆན་  
 གསུམ་གསུམ་གྱི་རྩིས་སུ་ཐག་གཅོད་རེ་བྱའོ། རྩུ་མཆན་དང་པོའི་སྐབས། ལྷག་ན་  
 རྩི་རྩིས་བསྤང་བ་བྱེད་མཁན་དང་། འཆི་བྱེད་གཞིན་རུས་སྒྲན་པ་བྱས། གཉེན་  
 ཞིག་གིས་ཁ་བརྒྱ་བསྐྱོག་མཁན་བྱས་ཀྱང་འཆི་བའི་དུས་ལ་བབས་ན་གང་གི་ཀྱང་  
 བསྐྱོག་མི་ཐུབ་པ་ཡིན། ཡང་རི་ཆེན་པོ་བཞི་སྟོགས་བཞི་ནས་ཚུར་ཡོང་ནས་དེའི་



ནང་དུ་རང་བཟུང་ཡོད་ན་དེ་ལ་ནི་མཁྱོགས་པས་འགྲོས་པ་ཡང་མེད། སྟོབས་ཆེ་  
བས་བསྐྱོག་ས་ཡང་མེད། ཅོར་གྱིས་བྱུ་ས་ཡང་མེད། སྤགས་འདེབས་རྒྱ་ཡང་མེད།  
སྤོན་གཏོང་རྒྱ་ཡང་མེད། དེ་བཞིན་དུ་འཆི་བདག་གིས་ཟིན་པ་ལ་ཡང་དེ་དང་འདྲ་  
བར་གསལ་རྒྱལ་ལ་གདམས་པའི་མདོ་ལས་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་སྟོང་དོལ་བྲམ་མས་  
གསུངས་པ་ཉྱར། ཐོག་ཁ་ནས་གཤམ་དུ་སྤང་པོ་ཞིག་ལ་ཅམ་པ་སྤག་པོར་གང་སྤག་  
པོར་དང་སྤགས་ནས་དབྱུགས་ན་སྤགས་པོར་ཡང་ཆག ཅམ་པ་ཡང་སྤང་པོའི་མགོ་  
འདྲ་ལ་སྤྱུ་བྱུ་ལ་ལེ་ཡོང་ན་མ་གཏོགས་གཞན་ཡོང་རྒྱུ་མེད། དེ་ཉྱར་མ་བྱས་པར་  
སྤང་པོ་གར་ཡོད་སར་རང་གིས་ཐྱིན་ནས་གང་སྤོར་རྒྱུའི་དངོས་པོ་དེ་ལག་པར་སྤྱོད་  
དགོས། དེ་བྱས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་གི་ནས་རྗེས་འབྲུག་གིས་དག་  
བ་བྱས་ཀྱང་། ཅམ་པ་སྤྱུ་བྱུ་ལ་ལེ་ཡོང་པ་ཉྱར་དཔུལ་བར་སྤྱོས་ཡོད་ཀྱང་རྒྱུང་  
བསིལ་བྱ་ལུས་ལ་ཐོག་པ་ཉྱར་བའི་བདེ་བ་ཕན་བྱ་རེ་འབྱུང་ན་མ་གཏོགས་པན་པ་ཆེར་  
མེད། དེ་བས་ད་ཉྱར་ནས་རང་གིས་དག་བ་བྱས་ན་སྤྱོད་བ་བྱི་མ་དེའི་ལག་པར་སྤྱོད་པ་  
ཉྱར་བྱ་ཡོང་གསུངས། ཡང་ཅ་བ་གསུམ་པོ་འདི་སྤྱབ་བྱ་དང་། དེའི་སྤྱབ་བྱེད་རྒྱ་  
མཆན་དགུ་བཀོད་ནས་མཐར་ལག་རྗེས་ལ་ཐག་བཅད་གསུམ་ཡོང་བ་ཡིན། ཡང་  
སྤར་ཞུས་པའི་རི་བཞིའི་དབྱུས་སྤྱུ་ཆུད་པའི་དཔེ་དེ་དོན་ལ་སྤྱར་ན། ང་རང་ནམས་  
ན་བ་དང་རྒྱ་བ་དང་། འཆི་བ་དང་། རྒྱུད་པའི་རི་བཞིས་སྤྱོགས་བཞི་ནས་ཆུར་  
འདུས་ནས་དེའི་དབྱུས་སྤྱུ་བཅོར་པ་ཡིན་གསུངས། ཆོ་ལ་སྤོན་པ་མེད་ཅིང་འབྲིད་  
བྱེད་བར་མཆད་དུ་ཡོད་པ་ལ་རྗེས་རྒྱུའི་དཔེ་བསམ་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་རང་རེ་སྤྱོད་  
བ་སྤངས་པ་རྗེས་རྒྱས་འབྲིགས་སྤོར་གང་བ་ཉྱར་བྱ་ཡིན། ཆོ་སྤོན་མའི་ལས་ཀྱིས་  
འཕངས་པའི་ཆོ་འདིའི་སྤོག་ལ་གསར་དུ་སྤོན་པ་འདེབས་རྒྱུ་མེད་པ་ནི་རྗེས་གི་ཉྱག་  
རྒྱ་བཅད་པ་དང་འདྲ། རང་གི་ཆོ་རིམ་གྱིས་ཟད་ནས་འགོ་བཅོམ་རྒྱ་རྟོལ་བ་དང་  
འདྲ། ད་གསར་དུ་སྤོན་པ་འདེབས་མཁན་ནི་མེད། སྤར་ཡོད་པ་ནི་རིམ་གྱིས་ཟད་



ནས་འགྲོ་བ་ཡིན་སྟེ་འདྲ་བས་མས། དེ་ལྟར་ཟད་ནས་འགྲོ་ན་རང་གིས་མི་ཤེས་པ་ཅི་  
 ཡིན་སྟེ་ན། དེ་ནི་དཔེར་ན་རྣམ་འགྲེལ་ལས། འབྲུལ་ཕྱིར་སྒྲོང་གི་ཐ་དད་  
 བཞིན། ། ཞེས་པའི་སྒྲོང་གཉིས་གཤེབ་ནས་རིམ་གྱིས་བཞག་ན། རྩོན་ལ་བཞག་  
 པ་དང་རྩེས་ལ་བཞག་པའི་སྒྲོང་གཉིས་ཡོད་ཀྱང་། འདི་རྩོན་ལ་བཞག་པ་ཡིན།  
 འདི་རྩེས་ལ་བཞག་པ་ཡིན་ཞེས་སོ་སོ་ནས་དབྱེ་མི་རྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཡང་དཔེར་ན་  
 རྩེ་འགྲུལ་དུ་ཤིང་སྤོང་ཞིག་ཡོད་ན་རྩེ་དེས་ས་འོག་ནས་ས་རིམ་གྱིས་བྱས་ཏེ་མཆོམས་  
 ཤིག་ནས་ཡིང་ཙམ་རེ་ཟགས་འགྲོ། དེ་ནི་ཆོ་དང་འདྲ། རྣམ་ཞིག་ན་ཤིང་སྤོང་དེ་  
 ཡང་ཡིང་དེ་ཟགས་འགྲོ་བ་ལྟར་ང་རང་ཆོ་ཆོ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། ཡང་བཤས་པའི་  
 ལྷག་ཆོ་གསོད་པར་ངེས་པ་ཡིན་ཀྱང་། ཁོ་རང་ཆོ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་རྩུང་ཁ་བྱེད་  
 པ་སོགས་སྟོབ་དང་བྱུང་མེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ང་རང་རྣམས་ཀྱང་འཆི་བ་ལ་ཉེ་བ་ཡིན་  
 ཀྱང་དགའ་དགའ་སྤྱིད་སྤྱིད་ལྟར་བྱས་ནས་སྤོང་པ་སྟོབ་པར་ཡིན་ཏེ། ཆོམས་ལས།  
 གོམ་པ་གང་དང་གང་བོར་བས། ། འཆི་བའི་དུང་དུ་ཉེ་བ་ལྟར། ། བདག་གི་ཆོ་  
 ཡང་དེ་བཞིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྩོ་བོ་རྩེས། རྩེ་ཕྱི་ལི་ལི་འདིར་རང་བདེ་  
 གསུངས་ནས་རྩེ་འགྲུལ་དུ་མི་ཉག་པ་བསྒྲོམ་པ་མཛད། ཡང་མི་ཉག་པ་མ་བསྒྲོམ་  
 བ་ཆོ་འདི་པར་འགྲོ་སྟེ། ཡེར་པའི་ཁང་བཅུན་གྱིས། འདི་སྤྱོད་མ་བསྒྲོམ་ན་ཉིན་  
 གྲུང་ཆོ་འདི་པར་ཆ། ཉིན་གྲུང་མ་བསྒྲོམ་ན་ཕྱི་དྲོ་ཆོ་འདི་པར་ཆ། ཕྱི་དྲོ་མ་བསྒྲོམ་  
 བ་དགོང་མོ་ཆོ་འདི་པར་ཆ་བ་ཡིན་གསུངས། གསོན་པའི་ཆོ་ཡང་ཆོས་བྱ་ལོང་མེད་  
 པར་ངེས་པར་འཆི་བ་བསམ་པ་ལ། འཆད་ཁ་བས། ལོ་དྲུག་ཅུ་ལ་ཉོ་བྱུང་དང་  
 གཉིད་དང་ན་ཆས་བཅད་པའི་ཤོལ་ན་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་ལོ་ལྷུ་ལས་མེད་ཅེས་གསུངས།  
 ཡང་ཆ་ཕྱང་གི་དཔེ་ནི། བྲག་ཤིན་དུ་གཟར་བའི་གཡང་ཞིག་དུ་སྤྱང་ཆི་མང་དུ་  
 བསགས་ནས་ཡོད་ན། མི་ཞིག་གིས་གཞན་ཞིག་ལ་འབྲིད་དེ་གཞན་དེས་སྤྱང་ཆི་  
 ལེན་དུ་ཕྱིན་པ་ན་རྒྱང་པ་འཛོག་སར་ཆ་ཕྱང་གཅིག་དང་། ལག་པ་འཆང་སར་ཆ་



ཡུང་གཅིག་ལས་མེད་པ་ལ། མི་དེས་སྤང་ཆེད་རོ་ལ་ཆགས་ནས་བོས་ཀྱིན་བསྐྱད་  
 སྐབས། བྱི་བ་དཀར་པོ་ཞིག་ཡོང་ནས་ཚུ་ཡུང་དེ་ནས་ཚུ་རྒྱུད་གཅིག་བོས། བྱི་བ་  
 ནག་པོ་ཞིག་ཡོང་ནས་ཚུ་རྒྱུད་རེ་བོས། དེ་གཉིས་རེ་མོས་ཀྱིས་ཡོང་ནས་ཚུ་རྒྱུད་རེ་རེ་  
 བོས་པའི་ཆེ། ཁོས་ད་དུང་རྒྱུད་གཅིག་གཉིས་བ་ན་ཡང་བ་སྒྲུལ་དུ་སྤང་བ་མེད་པར་  
 བསྐྱད་པ་ན་ནམ་ཞིག་ན་ཚུ་ཡུང་དེ་གཉིས་པལ་ཆེར་བཅད་ནས་ཚུ་རྒྱུད་གཉིས་གསུམ་  
 ཞིག་ལས་མེད་དུས་འགྲོ་ས་ཡང་མེད་པར་ཅི་དྲག་ལ་བྱག་པ་ཡོང་ཀྱང་བྱེད་ཐེབས་  
 མེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེད་ཆེ་ཚུ་ཡུང་དེ་དང་འདྲ། འདྲོད་ཡོན་སོགས་ཆེ་འདྲི་  
 ཡུན་ཆོགས་རྣམས་སྤང་ཆེ་དང་འདྲ། བྱི་བ་དཀར་པོ་དེ་ཉིན་མོ་དང་འདྲ་ནག་པོ་དེ་  
 མཆན་མོ་དང་འདྲ་ཉིན་མཆན་རེ་རེ་སོང་བ་ན་ཆེ་དེ་ནས་རེ་རེ་བཅད་ནས་མཐར་འཁོར་  
 བ་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ་ཅི་དྲག་གང་དྲག་བྱས་ཀྱང་འཕྱིས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བསམ་བསམས་  
 ན་ཆེ་འདྲི་འཇིག་ཉེན་གྱི་ཐ་སྙད་ཚུན་ཆད་ཀྱང་བརྟེན་འགྲོ་བ་ཡོང་སྟེ། སྤྱོད་རྒྱུ་  
 སྤྱོད་ཐུག་རིར་བཞུགས་དུས་དགེ་སྤྱོད་འགའ་ཞིག་གི་ལོ་གསར་ཉིན་གཟབ་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ནས་མཇུག་ཁར་བྱིན་པས། སྤྱོད་མས་ལོ་གསར་ཡིན་པ་བྱགས་ཀྱིས་བརྟེན་ནས་ཅི་  
 ཡིན་གསུངས། འདི་ལྟར་ཡིན་ཞུས་པས། བྱགས་བསམ་ཞིག་མཛད་ནས་སྤྱོད་  
 འབྱུང་ཚུགས་སུ་གཟིགས་ཏེ། ལོ་གསར་རྒྱ་ཅི་ཡོད། ཆེ་བཅད་འགྲོ་ལེ་རེད་གསུངས་  
 པ་ཡིན་འདུག་གསུང་། འཇམ་བྱ་སྤྱིང་པའི་ཆེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པ་བསམས་པའི་  
 སྐབས་སུ། གཞན་པར་བཞག་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལྟ་བུ་ཡང་དུས་  
 འཁོར་ཉི་མ་ཆེན་ཚོམ་འཕྲོ་ལུས་ནས་སྤྱོད་ཆེ་མཐར་མ་བྱིན་པར་གཤེགས་ན་ང་འདྲ་མོད་  
 ཆེ་ལ་ངེས་པ་ག་ནས་ཡོང་སྒྲུལ་དུ་བསམས་པ་ཡིན། ཡང་འཆིབ་བསྒྲུལ་པ་ཅམ་གྱིས་  
 ཆེར་མི་པན་པས་འཆིབ་པའི་རྣམ་པ་བསྒྲུལ་དགོས་གསུངས། ལུས་ཀྱིས་མི་པན་པའི་  
 སྐབས་སུ། པན་རྒྱ་པར་བཞག་གཞོད་པ་ཡིན་ཏེ། རང་ཅག་པར་གཞོག་རྒྱན་



ཞུགས་ཆོ་ལ་ཡང་བདག་ཆད་ཀྱིས་དོགས་པའི་འཇིགས་པ་འབྱུང་སྟེ། དེ་ཡང་ལུས་  
 སེམས་སོ་སོར་བྲལ་ན་བདག་རྒྱུན་ཆད་འགོ་སྐྱེས་པའི་བསམ་པ་སྐྱེ་བ་ཡིན་འདུག་སྟེ།  
 ཏུ་བསམས་དགོས་གསུངས། །།



## ཉིན་བཅོ་ལྔ་པ།

༡།བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྤེལ་བྱ་ཆེར་རོལ་པ་ལས། སྤྱིད་གསུམ་མི་རྟག་  
 ལྟོན་ཀའི་སྤྱིན་དང་འདྲ། ། འགྲོ་བའི་སྤྱི་འཆིགས་ལ་ལྟ་དང་མཚུངས། ། འགྲོ་བའི་  
 ཆོ་འགྲོ་ནམ་མཁའི་སྤྱོད་ཀྱི་འདྲ་སྟེ། ། རི་གཟར་འབབ་ཆུ་ལྟ་བུ་ལྷུང་མགྲོགས་འགྲོ་  
 ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་དང་བཅས་སྤྱིན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་གནང་ནས། ཁ་སང་གི་  
 བསྐྱར་བཤད་ལ། འཆི་བ་དྲན་པ་མ་བསྐྱེམ་པའི་ཉེས་དམིགས། བསྐྱེམ་པའི་ཕན་  
 ཡོན་འཆི་བ་དྲན་པའི་སྤོང་ལྟ་བུ་ཞིག་སྤྱིད་པ། འཆི་བ་དྲན་པ་བསྐྱེམ་པའི་ཆུལ་བཞི་  
 དམིགས་རྣམས་སྤྱི་བའི་སྐབས་སུ་དགོས་པ་ཡིན། དང་པོ་ཉེས་དམིགས་ལ་དྲུག་ཡོད་  
 དེ། ཆོས་མི་དྲན་པའི་ཉེས་དམིགས། དྲན་ཀྱང་མི་སྐྱབ་པའི་ཉེས་དམིགས། སྐྱབ་  
 ཀྱང་རྣམ་དག་མི་སྐྱབ་པའི་ཉེས་དམིགས། སྐྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་དང་བྲལ་བའི་ཉེས་  
 དམིགས། རང་ཉིད་ཤིན་ཏུ་མ་རུངས་པར་བྱེད་པའི་ཉེས་དམིགས། འཆི་བའི་ཆོ་  
 འགྲོད་བཞིན་ཏུ་འཆི་དགོས་པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་སོ། དང་པོ་ནི། སྤྱི་འདི་མ་  
 སྤྱིས་ན་ཆོས་བྱེད་དགོས་བསམ་མི་དགོས་སྟུང་པའི་རྟོག་དཔྱད་བྱེད་པ་ཡང་མི་དྲན།  
 བྱེད་དགོས་སྟུང་པའི་འཕེན་པ་གཏོང་བ་ཡང་མི་དྲན། འཇིག་རྟེན་གྱི་མའི་དོན་ཏུ་  
 ཆོས་བྱེད་པ་ཕར་བཞག་འཇིག་རྟེན་གྱི་མ་ཡང་མི་དྲན་པ་ཡིན། ཉེས་དམིགས་  
 གཉིས་པ་ནི། གལ་ཏེ་ཆོས་ཅུང་ཟད་དྲན་ན་ཡང་མི་སྐྱབ་པར་སྤྲོད་པ་དེ་རིང་མི་འཆི་  
 སྟུང་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོ་རང་གི་ཉེས་པ་ཡིན། ཉེས་དམིགས་གསུམ་པ་ནི། ཆོས་ཅུང་  
 ཟད་བསྐྱབ་ཀྱང་ཆོས་བརྒྱད་དང་མ་འདྲེས་པའི་ཆོས་རྣམ་དག་བསྐྱབ་པར་མི་བྱེད་  
 མཁན་ཡང་སྤྱོད་ཀྱི་འདི་ཡིན། ཇོ་བོ་རྗེས། ཇོ་བོ་ངས་སྤར་ཆོས་མང་པོ་བཤད་ཀྱང་།  
 མདོར་བསྡུ་ན་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་འདི་ལ་སོགས་ཅིག་མ་ཐེབས་ན་ཅི་བྱས་ཀྱང་གྱི་



མའི་སྒྲིབ་ས་འཆོལ་དགོས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ཁ་ངག་དྲུ། རྒྱུ་པའི་སྒྲིབ་ས་ལག་པས་  
 བཅའ་ཟེར་བ་བྱེད་དགོས། ང་རང་ཆོ་ཆོས་བྱེད་ཁྱུ་ཅུང་ཟད་བྱས་ཀྱང་བསམ་པ་  
 འ་འཕྱང་སྤྲེལ་འཕྱང་ལ་སོང་བར་ཆོས་ལ་ཅེད་མོ་ཅེ་བ་འདྲ་སྟེ། དེ་ནི་ཤེས་རབ་འཆལ་  
 བའི་རྒྱ་ཡིན་པས། དགེ་བ་ཤེས་ཤིང་བས། འོ་ཅག་ཆོས་ལ་ཅེད་མོ་ཅེ་ཡང་བྱེད་པར་  
 འདུག་སྟེ། ཆོས་དང་ཆོས་སྤྲོ་བ་ལ་མ་གུས་པར་ཤེས་རབ་འཆལ་བའི་རྒྱ་ཡིན།  
 རྒྱུང་ས་པ་ད་ལྟ་འདིས་ཆོག་གི་རྒྱུང་ས་པའི་རྒྱ་མ་གསོག་འདི་ལས་རྒྱུང་ས་ན་ཅི་  
 གཏུབ་གསུངས། དེ་བས་ཆོས་རྣམ་དག་ཡོང་བ་ལ་སྤྲོ་མ་བཟང་པོ་སྟོབ་དཔོན་ལྟ་  
 རྒྱབ་འདྲ་བ་དགོས། སྟོབ་མ་བཟང་པོ་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྟོན་འདྲ་བ་དགོས། གདམས་  
 ངག་བཟང་པོ་བཤེས་སྤྱིངས་དང་རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་འདྲ་བ་དགོས། དེ་མིན་སྤར་  
 བཤད་པ་ལྟར་སྟོང་ན་དེས་ཕྱང་ལ་བཏབ་ཡོང་སྟེ། སྟོན་གཡོ་པོ་སྟེ་བེར་གྱི་གནས་  
 བཟན་བྱ་བས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུག་ཐེབས། དགེ་བ་ཤེས་ཀ་མ་བས་ལན་གསུམ་  
 གྱི་བར་དུ་བརྒྱུག་ཀྱང་མ་བྱུང་པར། ངས་བྱིད་ལ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་བརྒྱུག་པ་  
 རྒྱབ་ཡོད་དོ་གསུངས། དེ་ནས་ཁོང་ན་ནས་འཆིག་བས་བྱང་བ་ན། འབྱོད་པ་སྟེས་  
 ནས་སངས་རྒྱས་ལས་ཀྱང་ཀ་མ་བ་ལ་ཡོད་ཆེས་ལྟག་པ་སྟེས། སྒྲིག་པོ་མི་བཟང་པོ་  
 ད་ངས་བྱིར། ད་ང་ལ་ཆངས་སྟོན་གཅིག་པོ་བཟང་ཟེར་བ་བྱུང་། ཉེས་དམིགས་  
 བཞི་པ་ནི། སྟོང་ན་འདི་འདྲི་ཆེན་གྱིས་རྒྱབ་པ་ལ་ནན་ཏན་མ་བྱས། དེ་མ་བྱས་པས་  
 དགེ་བ་གང་བྱས་རྒྱལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ལྟ་བུ། མི་དགེ་བ་གང་བྱས་རྩོལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ལྟ་  
 བུ། ལྱང་མ་བཟུན་གང་ཡིན་ས་ལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ལྟ་བུར་འདུག་པས་ད་ངས་དེ་ལས་  
 རྟོག་ནས། རྟོག་པ་རྒྱལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ལྟ་བུ་དང་དགེ་བ་རྩོལ་རི་མོ་བྱིས་པ་ལྟ་བུ་བྱེད་  
 དགོས་སྟུང་བསམས་ཁིང་། ཤེས་བྱེད་ཀྱང་བཤེས་སྤྱིང་ལས། སེམས་ནི་རྒྱུད་ང་  
 ས་དང་རྩོལ་ལ། ། རི་མོ་བྱིས་པ་དེ་འདྲར་རིག་པར་བཞི། ། དེའི་ནང་ཉོན་མོངས་  
 ཅན་ལ་དང་པོ་ནི། ། མཆོག་སྟེ་ཆོས་འདོད་རྣམས་ལ་ཐ་མ་ལགས། ། ཞེས་གསུངས།



དེ་ལྟར་ན་ཉོན་མོངས་པ་གང་སྐྱེས་ཐམས་ཅད་ལ་རེ་རེ་ནས་གཉེན་པོ་བསྟེན་གྱིན་  
 དྲན་པས་ཟིན་པར་བྱས་ནས་དེའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བ་འབན་གྱང་རྒྱལ་འདྲ་བ་ཞིག་  
 བྱེད་དགོས་ཏེ། དེའི་ཞལ་ནས། ང་ནི་སེམས་ཀྱི་ཁར་སྒྲེར་གཉེན་པོའི་མདུང་ཐུང་  
 རེ་བསྟུན་ནས་སྡོད་པ་མིན་པ་གཞན་བྱ་རྒྱ་མེད་གསུང་བ་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས། ཉེས་  
 དམིགས་འདི་བཞི་ནི་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་ཉེས་དམིགས་ཡིན། འོ་ན་ཉེས་དམིགས་དེ་  
 རང་ཡིན་ན་ཆོས་མི་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་གཞན་ཉེས་པ་མི་འདུག་སྟུམ་ན། དེ་བཞིས་མི་  
 ཆད་ཉེས་དམིགས་ལྷ་པོ་ནི། སློང་ན་འདི་ཡོད་ཕྱིན་འདོད་པ་ཆེ་བ་དང་། བྱང་ཀྱང་  
 ཆོག་མི་ཤེས་པ་དང་། དག་ལ་ཞེ་ནས་སྤང་བ་དང་། དག་མནར་བའི་སེམས་པའི་  
 མནར་སེམས་དང་། དག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་གཞོད་སེམས་དང་། རང་གི་  
 ཉེས་དམིགས་ལ་ཉེས་དམིགས་མིན་པར་མི་ཤེས་པའི་སྤངས་པ་དང་། ང་ཞེད་པོ་  
 ཡིན་སྟུམ་དུ་སེམས་ཁེངས་པ་དང་། གཞན་ལ་ཅུང་དྲག་ཅམ་བྱུང་བ་ཐོས་ན་ཕྱག་  
 འོག་དང་གཞན་ཡང་ཁོང་སྒོ་དང་། བརྒྱབ་སེམས་སྐྱེས་ཉོན་མོངས་དང་། བྱ་བ་  
 མ་ཡིན་པ་ལ་འདུག་པར་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་སེམས་པ་དེ་སེམས་སྦྱོད་བྱེད་ཡིན་  
 ཞིང་། དེས་བསྐྱེད་པའི་ལུས་ངག་གི་ཉེས་སྦྱོད་ཐམས་ཅད་སློང་ན་འདི་ལས་འབྱུང་  
 བ་ཡིན། ཉེས་དམིགས་དྲུག་པ་ནི། འཆི་ཁར་འགྱུད་པ་སྐྱེ་བ་སྦྱོན་འགྲོ་ཆོས་གཤམ་  
 ལྟ་བུ་སྟེ། དེས་དགེ་འདུན་གྱི་སྡེ་འབྲུག་བྱས། བཅའ་ཞིག་ན་ཁོ་ཆད་པས་ན་ནས་ཉི་  
 མ་ཞིག་ཏུ་གཉིད་ལོག་པར། གཞན་གྱིས་སྤྱོད་དུས་རྒྱུན་གྱང་པོ་ཡིན་པ་ལ་ཆད་པས་  
 ན་དུས་གཉིད་ལོག་པ་ཅི་ཡིན་བྱས་པས། སྤྱོད་ཆོས་ང་གྱང་པོར་བཏང་བས་ང་ཐུང་།  
 དངས་བཟླས་ཅ་ན་ཆོས་ཁོ་ན་མ་བྱས་པ་ཁམས་གསུམ་ན་ང་ལས་སྟེན་པ་མི་འདུག་  
 ཟེར། ཡང་ལོངས་སྦྱོད་ཆེ་བས་ཀྱང་རང་ཐུང་བར་འགྱུར་བ་མང་སྟེ། སེརར་ཡང་  
 ཆོས་མཛད་ཀྱི་མིང་བཏགས་པ་མང་པོ་སྤར་ལོངས་སྦྱོད་མཐུན་ཁྱེན་འཛོམས་ནས་  
 ཆོས་འདི་མ་དྲན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲུ་པ་ལོག་ ཟ་རྒྱ་མ་རྟེན་རྒྱན་མ་བརྒྱས་ནས་སྤང་



ཅེ་ཤག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་པ་ཡང་མང་པོ་བྱུང་བ་ཡིན་པས། ཁོང་ཚོ་ཡང་ཆོས་འདི་མ་  
 བསྒྲུབ་པས་དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་འདྲུག་པས་ངས་ཀྱང་ཆོས་འདི་མ་བསམ་ན་དེ་འདྲ་  
 གཅིག་ཡོང་སྟམ་ཏུ་བསམས་དགོས། དེར་མ་ཟད་ཁོང་ཚོས་འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ་  
 རྟོན་དང་མ་རྟོན་དང་། ། བདེ་དང་མི་བདེ་སྟན་དང་མི་སྟན་དང་། ། བརྟོན་སྟོན་  
 ཅས་བགྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱད་པོ། ། བདག་གི་ཡིད་ཡུལ་མིན་པར་མགོ་སྟོམས་  
 མཛོད། ། ཅས་པའི་ནང་གི་འདོད་བྱ་བཞི་པོ་དེ་འདོད་ཀྱང་ཁོང་ཚོ་ལ་མ་བྱུང་། མི་  
 འདོད་རྒྱ་བཞི་ཀ་སྤངས་པ་བཞིན་ཏུ་ཁོང་ཚོ་ལ་བྱུང་བ་བཞིན་ཏུ་ང་ལ་ཡང་མི་ཡོང་  
 བའི་ངེས་པ་མེད་སྟམ་ཏུ་བསམས་དགོས། ཉོན་མོངས་སྤྱིས་བྱུང་རེས་ཀྱི་རྟོན་རྟོན་  
 ཟེར་མཁན་རིག་བྱུང་ན། དེ་གྲུབ་པའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་མཁྱེགས་པོར་  
 འགྲོ་བ་ཡིན་གསུངས། འཆི་བ་དྲན་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་དུག་ཡོད་དོ། དོན་ཆེ་བའི་  
 ཕན་ཡོན། རྟོབས་ཆེ་བའི་ཕན་ཡོན། ཐོག་མར་ཕན་ཆེ་བ། བར་དུ་ཕན་ཆེ་བ།  
 མཐའ་མར་ཕན་ཆེ་བ། འཆི་བའི་ཆེ་དགའ་བཞིན་ཏུ་འམ་མི་འགྲོད་བཞིན་ཏུ་འཆི་  
 བའི་ཕན་ཡོན་ནམས་སོ། དང་པོ་ནི་འཆི་བ་དྲན་ནས་འཆི་བར་ཐག་ཆོད་ན།  
 འོངས་སྤྱོད་གཏོང་བའི་སྤྱོན་པ་དང་། མི་དགེ་བ་ལས་ཡིད་བསྐྱུང་བའི་ཚུལ་བྱིམས།  
 གཞན་གྱི་ཁོང་ཁྱོད་བསྐྱུང་ཡང་བཟོད་པའི་བཟོད་པ་དང་། དགེ་བ་ལྷན་ཏུ་བྱེད་པའི་  
 བཅོམ་འགྲུས། དགེ་བ་དེ་ལ་སེམས་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱིམས་པའི་བསམ་གཏན།  
 དགེ་བའི་ཆ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ནམས་དུས་གཅིག་ལ་འོང་བས་དོན་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་བ་དེ་ལ་རང་ཉིད་གནས་ནས་གཞན་ཡང་འགོད་པ་དང་། ཕན་ཡོན་གཉིས་པ་  
 བློ། ཉོན་མོངས་དང་ཉེས་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་ཅིག་ཅར་འཛོམས་པའི་ཐོབ་དང་ཞེས་  
 སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། དཔེར་ན་མགར་བས་གསེར་ལ་སོགས་པ་བརྒྱད་པའི་ཆེ་འོག་  
 རྟོན་དང་གསེར་གཉིས་ཐོབས་ལྟར་ཅིག་ཏུ་བརྒྱད་བ་དང་འདྲ་བར་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉོན་  
 མོངས་ནི་འོག་རྟོན་དང་འདྲ། འོག་རྟོན་མེད་ན་གསེར་རྟོན་པའི་གཞི་མེད་པ་ལྟར་ཉོན་



མོངས་མེད་ན་ཉེས་སྦྱོང་སྦྱེ་བའི་གཞི་མེད་པས་ཉེས་སྦྱོང་ཉོན་མོངས་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱེ་  
 ལ་ཉོན་མོངས་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་ཕྱིན་ཉེས་སྦྱོང་བཤགས་པ་སོགས་ཀྱིས་རེ་ཞིག་དག་  
 པར་བྱས་ཀྱང་གཞི་རྟེན་དང་མ་བུལ་བས་སྤར་ཡང་ཉེས་སྦྱོང་སྦྱེ། དེའི་ཕྱིར་གཞི་  
 རྟེན་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གཞི་པོ་དང་ཐོག་དེ་སྤྱང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཡིན་ཀྱང་།  
 དེ་རེ་ཞིག་ཡོང་དགའ་བས་དེའི་འོག་ནས་འདི་ལས་ལྷག་པ་མེད་དེ། འདི་རྒྱལ་མ་  
 ཞིག་ཡོད་ན། དེས་ཉོན་མོངས་མངོན་འགྱུར་བ་མང་པོ་དང་། ཉེས་སྦྱོང་རྣམས་  
 ཅིག་ཅར་དུ་བརྟུངས་བ་དང་འདྲ་བར་བེལ་གྱིས་གཞོན་ནུས་པ་ཡིན། དེར་མ་ཟད་  
 དགེ་བ་སྟོབས་ཆེན་བསྦྱང་དེ། དགེ་བ་དུག་གསུམ་གྱི་ལྷན་དང་མ་བུལ་བ་གསོགས་  
 ཤིན་ཏུ་དགའ་ནའང་། འདི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་ན་དེས་དུག་གསུམ་དང་བུལ་བའི་དགེ་བ་  
 བསྦྱང་པ་ལ་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ། ཡན་ཡོན་གསུམ་པ་བཞི་པ་ལྔ་པ་གསུམ་ནི། སྟོ་  
 འདིས་ཐོག་མར་དགེ་བ་ཐམས་ཅད་ལ་བསྐྱལ། བར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་འཇུག། ཐ་  
 མར་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཅམ་དུ་མ་ཟད་སྦྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་  
 རིམ་པ་ལ་སྦྱར་ན་ཡང་། མི་རྟག་པ་འདི་སྦྱེས་བྱ་རྒྱུད་དུ་འཛིན་པ་དངོས་ཡིན། འབྲིང་  
 གི་སྣ་འདྲེན་ཡིན། ཆེན་པོའི་སྦྱལ་བྱེད་ཡིན། དང་པོ་ཡོད་དེ་མི་རྟག་པ་བསྟོམ་པ་  
 རས་སྦྱེས་བྱ་རྒྱུད་དུ་འཛིན་པ་ཞི་ཚུགས་པར་ལམ་རིམ་རྣམས་ནས་གསུངས་  
 པ་ཡིན། འབྲིང་གི་སྣ་འདྲེན་ཡིན་ཚུལ་ནི། སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་བདེན་བཞི་མི་  
 རྟག་སོགས་བརྟུ་དུག་རྟོགས་པའི་ལམ་འཛོག་བ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་ལས།  
 གང་ཕྱིར་མི་རྟག་ལས་སྦྱག་བསྐྱལ། ། སྦྱག་བསྐྱལ་ལས་ནི་བདག་མེད་གསུངས།  
 ཞེས་གོ་རིམ་སྦྱ་གསུངས་པ་ལྟར། དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྟོན་དུ་སྦྱག་བསྐྱལ་མི་རྟག་པར་  
 རྟོག་པའི་ལམ་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་མི་རྟག་པ་སྤོམ་བསྟོམས་ནས་བྱུང་གཞི་མི་  
 རྟག་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་སྦྱག་བསྐྱལ་དང་། སྦྱག་བསྐྱལ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཉིད་བདག་  
 མེད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གོ་རིམ་སྦྱ་བསྟོམ་པར་གསུངས་པས་མི་རྟག་པ་སྟོམ་པའི་ལམ་



འདི་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་སྣ་འདྲེན་ཡིན་ཏེ་གོང་དུ་ཁྱེས་པ་ལྟར་ལམ་ལྟག་མ་ནམས་  
 འདིས་སྣ་དངས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན་གསུང་ཡང་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་སྟོན་ཀྱལ་པོ་ཞིག་  
 དུ་འབྲངས་པ་ན་ཡུལ་དེར་ཀུ་ལུ་ཏའི་དུས་སྟོན་ཞེས་པའི་དུས་སྟོན་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིད་  
 པ་དེར་གཟིགས་མོ་ལ་ཕེབས་པར་ཁྱེས་པ་ན། གྱེ་མའོ་འཇིག་རྟེན་ཉིན་མོངས་  
 དག ། གནས་པ་མི་བརྟན་དགའ་མི་འགྱུར། ། ཀུ་ལུ་ཏ་ཡིད་པལ་འདི་ཡང་། །  
 དུན་པར་བྱ་བ་ཉིད་དུ་འགྱུར། ། ཞེས་དེ་རིང་ཡོང་རྒྱའི་དུས་སྟོན་དེ་ཉིད་གནས་པ་  
 བརྟན་པ་མ་ཡིན་པས་དེ་ལ་བདག་དགའ་བར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཀུ་ལུ་ཏ་ཡི་  
 དཔལ་འདི་ཡང་མི་རྟག་པ་ཡིན་པས་དོ་རྒྱབ་ཅ་ན་ད་ནང་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱང་སོང་སྟམ་  
 དུ་དུན་པའི་ཡུལ་ཅམ་དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་རིང་མཐོང་བའི་ཆོ་ཡང་ཉིན་མོངས་པའི་  
 རྣམ་རྟོག་མང་པོ་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་སྟོང་པོ་མེད་གསུངས་པ་ལྟར་བསམ་དགོས་གསུངས།  
 སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ལམ་ལ་བསྐྱལ་བྱེད་ཡིན་པ་ནི་འཇུག་པ་ལས། འགྲོ་བ་གཡོ་བའི་རྒྱ་  
 ཡིན་པ་གི་སྒྲ་བ་ལྟར། ། གཡོ་དང་རང་བཞིན་ཉིད་ཀྱིས་སྟོང་པར་མཐོང་བ་ཡི། །  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་པོ་འདི་ཡི་སེམས་གང་འགྲོ་བ་ནམས། ། རྣམ་པར་གྲོལ་བར་བྱ་བྱིར་  
 སྟོང་རྗེའི་དབང་གུར་ཅིང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། འགྲོ་བ་མི་རྟག་པ་རྒྱ་སྒྲ་ལྟར་  
 གཡོ་བར་མཐོང་ནས་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་རྒྱལ་གྱི་སེམས་སོགས་སྐྱེ་བའི་བར་དུ་  
 འདིས་བསྐྱལ་མ་གཏོང་བ་ཡིན། སན་ཡོན་དུག་པ་ནི་བཀའ་གདམས་གོང་མའི་  
 གསུང་ལས། ཆོས་པ་རབ་འཆི་བ་ལ་བྱོད། འབྲིང་མི་འཆོར། ཐ་མ་མི་འགྱོད།  
 ཅེས་གསུངས་ཤིང་། སྐྱེས་རབས་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་འཇིག་རྟེན་ཞེས་སོགས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། རྒྱལ་བྱ་སྒྲ་བ་སྤྱ་དུ་སའི་བྱས་ཟིན་ནས་གསོད་པར་ངེས་པའི་ཆོ་ཡང་  
 འཇིགས་པ་དང་ཡང་བ་གང་ཡང་མེད་པ་ལྟར། གནས་འདི་ནས་ལྟའི་དགའ་ཆལ་  
 དུ་མགོན་དུ་བོས་པ་ལྟ་བུའི་ཆོད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་དང་བཅས་ཏེ་འཆི་བ་ཡིན། བཀའ་  
 གདམས་ཀྱི་དགོ་བཤེས་བྱ་འཆད་ཁ་བ་ཆེན་པོ་ཞིང་དུ་གཤེགས་ཁར། མཆོད་པ་



ཞིག་ཤོམས་དང་། ང་ལ་བསམ་པ་ཞིག་ཡོད་དེ་མི་འགྲུབ་པ་འདྲ་གསུངས། ཐུགས་  
 བསམ་མི་འགྲུབ་པ་ཅི་ལགས་ངེད་ཅག་གིས་སྐྱབ་ན་འགྲུབ་སམ་ཁྱས་པས། བྱིད་  
 ཅག་གིས་མི་འགྲུབ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་དཔྱལ་བའི་མེན་དང་དུ་སྐྱེ་བ་  
 ཞིག་འདོད་པ་ལ་ད་དག་པའི་སྣང་བ་ཞིག་འཆར་གྱིན་འདུག་གསུང་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 ཆོས་འདི་བསྐྱམས་ན་རང་ཅག་ལ་ཡོང་ཐག་ཆོད་ཡིན། འཆི་ཁར་ལུས་ལ་ནད་  
 གཅོད་དུག་པོ་བྱུང་ཡང་སེམས་ལ་ཆབ་འཆུབ་མེད་པ་སྒྲོ་སྟོད་དུ་བཏང་ནས་ད་རང་  
 ཡིན་སྟམ་དུ་སྒྲུ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་གསེལ་འདེབས་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཐུར་གང་  
 ལ་གོམས་པའི་དགོ་བའི་རྒྱན་སྦྱང་བར་བྱེད་བ་ཞིག་ཡོང་། དེ་ཡང་ད་ལྟ་ནས་ང་ཞིང་  
 པོ་ཡིན། འཆི་བ་སྒྲོམ་མཁན་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་ཁ་བྱོད་མང་པོ་འདི་ང་མི་  
 ཉན་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཆེ་འདིའི་རྣམ་རྟོག་གིས་བསྐྱུས་པ་ཡིན། དེས་བསྐྱུས་ན་  
 དཔེ་ཆོས་ལས། བརྟོད་ཕུར་རྩོག་དན་དབང་བྱུང་ན། ། ཞེས་པ་དང་འདྲ་སྟེ།  
 བརྟོད་ཕུར་ནི་བེའུ་ཚུ་ཁ་ཡོད་སར་བརྟོད་ཐག་རིང་པོ་ཞིག་སྟེ་ཕུར་པ་ལ་བཏགས་ན་  
 བཞག་ན། ཚུ་བོས་ནས་བཟུང་ཆོག་རྒྱ་ལ་མི་སྟོད་པར་ཐེན་གྱིན་ཕྱིན་ཡང་ཚུར་  
 འཁོར་དེ་འདྲ་རང་བྱས་པས་ཐག་པ་ཐམས་ཅད་ཕུར་པ་ལ་འབྲེལ་ཏེ་ཚུར་འགྲོལ་མ་  
 ཤེས་པར་མཆོམས་ཞིག་ན་ཨོག་མ་དེ་ཕུར་པའི་ཆེ་ལ་བཀལ་ནས་ཤི་འགྲོ། དེ་བཞིན་  
 དུ་རང་ཅག་ཆོས་བྱེད་ཁྲལ་ཅི་བྱས་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་རྣམ་རྟོག་གི་བརྟོད་ཕུར་དེ་ཙམ་བ་  
 ནས་མ་བརྟོན་པས། དོན་དུ་དེ་ལ་འཁོར་ནས་བཟུང་པ་ལས་མཆོམས་ཞིག་ན་ཤི་བ་  
 ལས་ཀྱང་ལྟག་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་མང་པོ་སྦྱང་དགོས། རྩོག་དན་ཞེས་པ་ནི་སྟོན་རྩོག་  
 གདན་གཙང་པ་ཞེས་པ་དགོན་པ་དེའི་ནང་དུ་མཁས་བཙུན་བཟང་གསུམ་འཛོམས་པ་  
 གཞན་གྱི་སྐྱབས་གནས་སུ་རེ་བ་ཞིག་བྱུང་། ལན་ཅིག་དགོན་པ་དེ་ལ་སྟེ་འཁྲུག་ཅིག་  
 བྱུང་བ་ན་དང་པོར་ཁོས་གང་ཡང་མ་བྱས་པས་དགོན་པ་དེ་པམ། དེ་ནས་ཁོས་  
 དགོན་པ་པམ་པ་སེམས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་གོ་ཆ་གྱུན་ཏེ་དཔག་ལ་ཆོམ་ཆོམ་མེད་



བར་ཕྱིན་པས་པ་རོལ་པོས་ཉེ་པོ་འདི་ཡིན་ཟེར་ནས་ཁོ་བསད་པ་ན། དགོན་པའི་  
 གཤམ་དུ་རྩི་པོ་མང་པོས་སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ། གྱེ་རབ་དུ་བྱུང་བའི་རྩི་བོ་པའང་། ། བཟོད་  
 པ་རེ་གོ་ཆར་མ་གྱུན་ན། ། དཀའ་བྱུང་བྱེད་པའི་རྩི་གདན་ཡང་། ། ད་ལྟ་འོག་མིན་  
 གྱི་གནས་ནས་ལྷུང་། ། ཞེས་ལབ་པ་ཡིན། བཀའ་གདམས་གོང་མས་འདི་འདྲ་  
 ཁོང་ཆོས་ཟེར་མི་ཤེས་པས་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་པའི་བཀའ་ཡིན་གསུངས་འདུག  
 འདིའི་འོག་མིན་གནས་ནས་ཞེས་པའི་འོག་མིན་ནི་རང་ཅག་གི་ལུས་ཉེན་འདི་ལ་བྱེད།  
 འདིའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་རང་གི་སེམས་དེ་ལྷངས་སྦྱོད་རྩི་གས་པའི་སྒྲུབ་ཡིན། དེ་ཡིན་  
 ཏེ། འདི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཡོངས་སུ་རྩི་གས་པ་ལ་ལྷངས་སྦྱོད་པ་ཡིན། ཡང་ན་  
 ངན་སྤང་ལས་འོག་དུ་མིན་ཞིང་སྤྱང་དུ་གནས་པས་ངན་སྤང་ལ་སྦྱོས་ཏེ་འོག་མིན་  
 ཡིན་པའི་བཤད་པ་ཡང་ཡོད། དབང་བྱུང་ན་ཞེས་པ་ནི། རྩིན་སྤྲུགས་པ་ཞིག་གིས་  
 བྱ་སྤྱད་སྤྲུགས་ལ་བྱེད་ཆོ་སྤྲུག་པ་འདུག ད་ལྟ་རིག་འཛིན་གྱི་གནས་སུ་བྱིན་ཆོག་  
 ཆོག་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། ལན་ཅིག་ཁོ་འཆིན་དཀྱིས་ཟེར་པ་ན། བྱ་སྤྱད་སྤྲུགས་ཀྱིས་ད་  
 ང་ཆོ་སྤྲུག་པ་འདུག་སྤྱོད་དཔོན་ཏེ་རིག་འཛིན་གྱི་གནས་སུ་ཐེབས་ཆོག་ཆོག་རེད་བྱས་  
 པས། ཁོ་ན་རེང་ལ་དབང་བྱུང་ན་རིག་འཛིན་གྱི་གནས་ལས་འདིར་སྤྱོད་པ་དགའ་  
 བར་འདུག་ཟེར་བ་བཞིན་དུ་ང་རང་ནམས་ཀྱང་ཁ་སྤོད་མང་ན་འདི་ཆོ་འདྲ་བ་བྱས་  
 དོགས་ཆེ་གསུངས། གསུམ་པ་འཆི་བ་དྲན་པའི་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ནི། རང་  
 བཞིན་གཉེན་སྤྲུགས་དང་བྲལ་དོགས་ནས་འཆི་བ་ལ་འཇིགས་པ་ཅམ་མིན་པར་བྱི་  
 མའི་དོན་དུ་ཐིག་སྤྱོད་དག་སྤྱོད་མ་བྱས་པར་འཆི་བ་ལ་འཇིགས་པ་བསྐྱེད་ནས་འཆི་  
 བ་སྤྱོད་ཚུལ་དངོས་ལ་ཙ་བ་གསུམ། རྩི་མཆོན་དག། ཐག་བཅད་པ་གསུམ་དང་  
 བཅས་པ་བྱན་སྤྱོད་པའི་སྤྲུགས་སུ་ངས་པར་དགོས་པ་ཡིན་པས་གྲངས་འདྲེན་ནི་སྤར་  
 ལྷས་པ་ལྟར་དང་དམིགས་པ་སྤྱོད་ཚུལ་ནི། རྩི་མཆོན་དང་པོའི་སྤྲུགས། འཆི་  
 བ་དག་ངས་པར་འོང་ཞིང་དེ་ཡང་ཁྱེན་གང་གིས་ཀྱང་བསྐྱོག་དུ་མེད་དེ། དུལ་གང་



དུ་བཅུད་པ་དང་། ལུས་གང་སྤངས་པ་དང་། དུས་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་བདག་ལ་འཆི་  
 མི་དགོས་པ་མེད་པའི་བྱིར། ཡུལ་གང་དུ་གནས་ཀྱང་འཆི་དགོས་བ་ནི། གང་དུ་  
 གནས་ན་འཆི་བས་མི་ཚུགས་པའི། ། ས་སྒྲོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ། བར་  
 སྒྲུང་ལ་མེད་རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་མེད། ། རི་བོ་རྣམས་ཀྱི་གསེབ་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་འདུག་  
 མིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སྒྲོན་ཤུག་མང་པོ་ཞིག་ཉིན་གཅིག་ལ་གསོད་པར་  
 ཇེས་པའི་ཆོ། ཤུག་རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལུན་འདས་ལ་སྐྱབས་ཁུས་པས། བཅོམ་  
 ལུན་འདས་ཀྱིས་དེ་ངས་སྐྱབས་མི་ཡོང་གསུངས་པ་ལ། ཉན་གྱིས་ཁུས་པས་འོ་ན་  
 ངས་བདེན་པ་བཟུང་ནས་གསུངས་ནས་འགའ་ཞིག་རྒྱ་མཚོའི་གཏིང་དང་། འགའ་  
 ཞིག་རི་རབ་ཀྱི་ཁོང་སེང་དུ་སྤྱོད། ཁ་ཤས་སྟོན་པ་རང་གི་གསོལ་སྐྱུང་གི་འོག་དུ་སྤྱོད་  
 ཀྱང་དམག་ཐག་ཆོད་པའི་ཆོ་ཐམས་ཅད་ཤི་སང་བ་ཡིན། དེ་དང་རང་རེ་གཅིག་པ་  
 ཡིན། ཡང་དཔེ་ཆོས་ལས། སྤྱག་ན་འཆོ་བྱེད་ཁ་བརྒྱ་སྤྱོད། ། ཞེས་པའི་དཔེ་ཁ་  
 སང་ཁུས་པ་དང་། ལུས་གང་སྤངས་ཀྱང་འཆི་དགོས་པ་ནི་ཆོ་ཐམས་ལས། གང་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་རང་སངས་རྒྱས། ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཉན་ཐོས་ཀྱང་། ། སྐུ་ལུས་  
 འདི་ནི་སྤྱང་མཛད་ན། ། སྐུ་བོ་པལ་པ་སྤྱོད་ཅི་དགོས། ། ཞེས་གསུངས། རྒྱ་  
 མཚོན་གཉིས་པ་ལ་རྒྱུད་ཀྱི་དཔེ་ཁ་སང་ཁུས་པ་ལྟར་བསྐྱོམས་ནས་སྤྱོད་བ་འདོན།  
 རྒྱ་མཚོན་གསུམ་པའི་སྐབས་འཆད་ཁ་བས། འོ་དུག་ཅུ་ལ་སྟོ་རྒྱུ་དང་ཞེས་ཁ་སང་  
 དྲངས་ནས་ཁུས་ཡོད་ཅིང་། དགའ་བོ་མངལ་འབྲུག་གི་མདོའི་ལུང་དྲངས་ནས་  
 བསྐྱོམས་པའི་མཐར་ཆོས་བྱ་དགོས་པར་ཐག་བཅད་དེ་དེས་ནི་ཆོས་བྱ་དགོས་སམ་མི་  
 དགོས་སྟམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་འགོག་བ་ཡིན། རྒྱ་མཚོན་བཞི་པའི་སྐབས། སྐུ་རྒྱུང་བ་ཤ་  
 བོ་སྤང་པ་དང་ལྟན་ཅིག་པན་ཚུན་རྒྱལ་དུ་བྱོན་ནས་ཉིན་གཅིག་རིའི་ཆེར་བྱོན་པ་ན།  
 དེ་དུས་རོ་ཐམས་ཅད་སྤྱོད་དུ་བཅུག་ནས་སྤྱོད་པར་བྱེད་པས། སྐུ་རྒྱུང་པས་རི་  
 འབྲུར་འབྲུར་འདི་ཆོ་གང་ཡིན་གསུང་པ་ལ། ཤུ་བོ་སྤང་པས་འདིར་མི་འདི་དང་



འདི་འདྲ་ཞིག་གི་རྫོལ་དང་ཅེས་རེ་རེ་ནས་ཁྱུས་པས། མཚམས་ཤིག་ན་ཕུ་རྒྱུ་བས་ཁྱུ་  
 ཅག་གཉིས་དེར་དོན་མེད་དུ་བསྒྲུབ་ནས་ཅི་བྱེད་གསུངས་ཏེ་ནང་དུ་ཕེབས་ནས་བྱུན་  
 སྐྱོད་བར་མཛད་པ་དེ་འདྲ་དགོས། རྒྱ་མཚན་ལྷ་པའི་སྐབས། རྣམ་འཁོལ་ངེས་པ་  
 མེད་དེ། འཆི་བྱེན་ཤིན་དུ་མང་ཞིང་གསོན་བྱེན་ཉུང་བ། གསོན་བྱེན་དུ་བཏགས་  
 པ་དེ་དག་ཀྱང་འཆི་བྱེན་དུ་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་ཞེས་སྐབས་ནས་བསྐྱེམས། རྒྱ་མཚན་  
 རྒྱག་པའི་སྐབས་ལུས་ཤིན་དུ་ཉམ་རྒྱུང་བས། ཡེར་པའི་ཞང་བཅུན་གྱིས་བྱེན་ཕྱོལ་  
 རེལ་ཡང་སྟེད་འདོགས་ཡིན་གསུང་བ་ལྟར། སྟེད་འདོགས་རྒྱུང་དུ་རེས་བྱེན་བྱས་  
 རྣམ་འཁོར་ལྟུང་བསམ་ཏེ། དེ་ལོ་གཅིག་པོར་སེར་ནས་ཤུ་བ་རྒྱུང་པ་རྒྱབ་ནས་ཤི་བ་  
 རྒྱག་བྱུང་སོང་། དེ་ལྟར་བྱུན་གྱི་སྐབས་སུ་བསྐྱེམས་པས་མི་ཚོག་ རང་ལ་ན་ཚ་རྒྱུང་  
 ཟེད་རེ་བྱུང་ན་ཡང་འཆི་བདག་ཁོའི་སྟེད་འདོགས་ཡིན་སྟེམ་པ་བྱེད་དགོས། དེ་ལ་  
 ལྷང་འདྲེན་ན་ཡང་། བཤེས་སྤྱིངས་ལས། ས་དང་རྩུན་པོ་རྒྱ་མཚོ་ཉི་མ་བདུན། །  
 ཞེས་སོགས་སྟེར་བྱངས་པ་འདི་འདྲེན། དེ་ནས་ཆོས་ད་ལྟ་ཉིད་དུ་བྱ་དགོས་པར་  
 ཐག་གཅོད་དེ། དེས་ནི་ཆོས་སང་བྱ་གནངས་བྱའི་ཕྱི་བཤོལ་གྱི་ལེ་ལོ་འགོག་ རྒྱ་  
 ཚན་བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་དགུ་པ་གསུམ་གྱི་སྐབས། གཉེན་ལུས་ལྷངས་སྟེད་  
 གསུམ་གྱི་མི་པན་པའི་ཁར་གཞོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་ནས་གཉེན་གྱིས་གཞོད་ཚུལ་  
 བློ། རང་འཆི་བ་ལ་ཉེ་བའི་ཆེ་དེ་ཆོས་དུས་པས། དེ་ཆོལ་ཆགས་ནས་ངན་འགྱུར་  
 འགྱོ་བའི་རྒྱ་བྱེད། ལྷངས་སྟེད་གྱིས་གཞོད་ཚུལ་བློ། ལྷངས་སྟེད་ལ་ཆགས་ནས་  
 ངན་འགྱུར་འགྱོ་བ་སྟེ། རྩོན་སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་དུས་དགེ་སྟོང་ཞིག་ལྷང་  
 བཟེད་ལ་ཆགས་ནས་ཤི་བས་ལྷང་བཟེད་དེའི་ནང་དུ་སྐུལ་ལ་སྦྱིས་པ་ལྟ་བུ། ལུས་  
 གྱིས་གཞོད་ཚུལ་བློ། ཁ་སང་རྒྱན་ཞུགས་ལ་ཡང་བདག་ཆད་གྱིས་དོགས་པའི་  
 འཇིགས་པ་འབྱུང་ཚུལ་དང་བཅས་པ་ལྟར་ངེས་པར་མཛད་ནས་བསྐྱེམ་དགོས། དེ་  
 ལྟར་བསྐྱེམས་ན་སྟེར་གྱི་ཆེ་འདིའི་སྟོ་སྟ་ཆབ་འཚུབ་དེ་འགགས་ནས་སེམས་བདེ་



འབོལ་གྱིས་འགྲོ་ཏེ། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་དག་བཤེས་པོ་ཏེ་བར། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིག་སྒྲུབ་  
 དུག་བཏབ་གྱིས་ན་བ་དེ་ད་བདེ་འབོལ་གྱིས་སོང་ངམ་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། དེ་  
 ལྟར་བསྐྱེམས་པའི་མཐར་ཆོས་འབའ་ཞིག་བྱ་དགོས་པར་ཐག་གཅོད་དེ། དེས་ནི་  
 ཆོས་མིན་ལ་ཆོས་སུ་བལྟ་བའི་ལྟ་བ་ངན་པ་དེ་འགོག་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འཆི་བ་མི་རྟག་  
 པ་བསྐྱེམ་ཇེས་སྐྱབས་འགྲོ་བསྐྱེམས། ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེམ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་  
 སྐྱབས་སུ་བསྐྱེམ་པར་བསྐྱར་རིམ་གཞན་ལས་གསུངས་ཀྱང་། ངན་འགྲོའི་སྐྱག་  
 བསྐྱེམ་བསྐྱེམས་ནས་དེ་ལ་འཇིགས་པ་སྐྱེ་བ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་མི་ཆང་  
 བར་གཟིགས་ནས། ཇེ་རིན་པོ་ཆེས། ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེམ་སྐྱེམ་ཚུལ་མཆོམས་  
 འདིར་བཞེས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་ཀར་ཀུན་སྤྱོད་འཆོས་པ་དང་སྐྱབ་པ་  
 གཉིས་གཉིས་ཡོད་པའི། ངན་འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེམ་བསྐྱེམ་པ་ཡན་ཆོད་གྱིས་སྐྱེས་བྱ་  
 རྒྱུད་དུ་ཀུན་སྤྱོད་འཆོས་པ་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་བསྐྱེམ་པ་སྐྱེས་བྱ་རྒྱུད་དུ་སྐྱབ་པ་  
 དངོས། སྐྱག་ཀུན་གྱི་ཉེས་དམིགས་བསམས་པ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ཀུན་སྤྱོད་འཆོས་པ་  
 དང་། དེ་གཉིས་འགག་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་ལམ་བདེན་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པ་སྐྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་སྐྱབ་པ་དངོས། བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་སྐྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་  
 ཀུན་སྤྱོད་འཆོས་པ་དང་། རྒྱལ་སྐྱེས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཕྱིན་དུག་བསྐྱེམ་པ་སྤྱོད་པ་སྐྱེས་བྱ་  
 ཆེན་པོའི་སྐྱབ་པ་དངོས་ཡིན་གསུངས། དེ་ནས་དཔེར་ན་རྒྱས་ཁྱེར་བའི་ལས་  
 བསགས་པ་དེ་རྒྱས་ཁྱེར་ཡོང་བྱས་ཀྱང་མི་ཉན་པར་རྒྱ་བཀལ་བར་སོང་ནས་ཤི་འགྲོ།  
 ལས་མ་བསགས་པ་དེ་རྒྱ་ལ་ཞེད་ནས་མ་བཀལ་བས་བསྐྱེད་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་ངན་  
 འགྲོའི་སྐྱག་བསྐྱེམ་ལ་འཇིགས་ན་དེར་སྐྱེ་མ་འདོད་པའི་རྟགས་ཡིན། མི་འཇིགས་ན་  
 སྐྱེ་འདོད་པའི་སྐྱ་ལྟས་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་རང་དབང་མེད་ཅིང་ལས་ཀྱི་གཞན་  
 དབང་ཅན་ཡིན་པས། ལས་དཀར་ནག་གིས་ཇི་ལྟར་འཕངས་པ་བཞིན་སྐྱེའོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་འདི་ཁོ་ན་ལ་བསམ་སྒྲོ་ཡག་པོ་གཏོང་དགོས་གསུངས། རབ་དུ་ཆ་ཞིང་



གང་བ་ཡི། ། ཞེས་སྒྲུག་གི་སྐབས་སུ། དམུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་གི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་  
 བསམས་པ་དང་། རུད་འགྲོ་ཁ་ཐོར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ནི་མིག་གི་ཀྱང་བལྟས་ནས།  
 ང་རུད་འགྲོ་འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་ད་ལྟར་རང་གྱུར་སོང་ན་སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདི་བདག་གིས་  
 བཟོད་རུས་པ་འདྲུག་གམ་སྟམ་ཏུ་བསམས་དགོས། བཞི་བརྒྱ་པ་ལས་ཀྱང་།  
 བདག་ནི་འཆིའོ་སྟམ་སེམས་པ། ། གང་ལ་ངས་པ་ཡོད་གྱུར་པ། ། དེས་ནི་འཇིགས་  
 པ་ཡོངས་བཏང་ཕྱིར། ། འཆི་བདག་ལ་ཡང་ག་ལ་འཇིགས། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ཡིན། སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་བསྟོམ་པའི་ཉེས་དམིགས་གཅིག་ཡོད་དེ་དེ་ལས་སྐྱུག་པ་མེད།  
 གཅིག་པོ་གང་ཞེ་ན། སྐྱུག་བསྐྱེལ་མ་བསྟོམ་ན་ངས་འབྱུང་སྐྱེ་བའི་གནས་མེད།  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་བསྟོམས་པ་ལ་ཕན་ཡོན་རྒྱག་ཡོད་གསུངས། སྐྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་  
 རམས་སྦྱོང་འཇུག་ཏུ་ཞེས་སྒྲུག་གི་སྐབས་སུ་སྦྱོང་འཇུག་ལས། གཞན་ཡང་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་ཡོན་ཏན་ནི། ། སྦྱོབས་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། ། འཁོར་བ་པ་ལ་སྦྱིང་རྩེ་  
 སྦྱེ། ། རྣམས་ལ་འཛོམ་ཞིང་དགེ་ལ་དགེ། ། ཞེས་རང་རྒྱུད་ལ་བྱུང་བའི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེལ་གྱི་དབང་ཏུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་དོན་མ་གོ་བའམ། འོག་པར་  
 འཆད་འདྲུག་སྟམ་ན་སྦྱོན་མེད་དེ་སྦྱོང་འཇུག་ལས་དེའི་དབང་ཏུ་མཛད་ཀྱང་། མ་  
 འོངས་པ་ན་འབྱུང་བར་འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ལ་ཡང་དོན་འདྲ་བར་སྤང་བས་ངས་  
 དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་ཞེས་རྩེ་རིན་པོ་ཆེས་དོགས་སེལ་མཛད་པ་ཡིན། དམུལ་བ་ལྟ་  
 བུར་ནི་མྱོང་བྱ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་སྣ་ཆོགས་པས་མང་བ། རྒྱགས་དྲག་པ། མི་བཟུང་པ།  
 ཡུན་རིང་བ། བར་མཆོམས་མེད་པ་ཡོད་ཚུལ་ལེགས་པར་བསམས་དགོས་གསུང་  
 རོ། ། །



## ཉིན་བཅུ་བྱག་པ།

༡ སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་དཔལ་ལོ་ས། སྐད་དང་ན་དང་འཆི་བའི་གནོད་བྱེད་  
དག། མཐུ་ཆེན་དགག་ཏུ་མི་རུས་ཡོད་བཞིན་ལ། ། འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་ཉམ་ངར་  
ངེས་འགྲོ་ན། ། སེམས་ཤེས་སུ་ཞིག་འདི་ལ་དགའ་བར་སེམས། ། ཞེས་སྐགས་ཀྱི་  
ལུང་འདྲེན་པར་མཛད་དེ། དེ་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྦྱི་དང་།  
ཁྱད་པར་ཐག་རིང་པོའི་འཇིགས་པ་མང་པོ་ཞིག་གཏན་ལ་ཕབ་ཕབས་ནས། ཐེམ་  
པའི་རྩའི་མེ་དོང་ལ་ཇི་མི་སྒྲུམ་པར་བཞག་ན་སྒྲོ་དོན་པ་དང་མེ་དོང་དེར་རྩུང་ནས་  
འགྲོ་བ་བཞིན་དུ། རང་རེ་ཡང་ཕྱི་མར་སྦྱེས་ཆོག་ཆོག་གི་ངན་འགྲོའི་སྒྲུག་བསྐལ་ལ་  
ཇི་མི་སྒྲུམ་པར་བཞག་ནས། ཐག་རིང་པོའི་ས་ལམ་མང་པོ་གཏན་ལ་ཕབ་ཕབས་  
ཀྱང་དབུགས་ཆད་པ་དང་ངན་འགྲོ་དེར་རྩུང་ནས་སྒྲུག་བསྐལ་སྦྱང་དགོས་པ་ཡིན་  
གསུངས། ཡང་མི་རྟག་པའི་སྒྲོན་ལ་བསྐྱར་བཤད་འདི་ལྟར་མཛད་དེ། པོ་རྟོ་བས།  
ཆོས་གཅིག་བསྒྲུབས་པ་ལ་ངའི་ཆོས་མི་རྟག་པ་བསྒྲུབས་པ་འདི་ཁེ་ཆེ་ཏེ། འདི་རྒྱད་  
ལ་སྦྱེས་ན་ཐོག་མར་ཆོས་ལ་བསྐྱལ་བའི་རྒྱ་བྱེད། བར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་གྲོགས་  
བྱེད། ཐ་མར་ཆོས་མཐར་ཕྱིན་པར་བྱེད་པའི་རྒྱུན་བྱེད་གསུངས་པ་ཡིན། འབྲོམ་  
རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་། མི་ཆེན་པོ་རྣམས་ལ་ཆོས་འདི་དམས་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་དེ།  
ཞེས་གསུངས་ཞིང་། ཆོས་འདི་རྒྱད་ལ་སྦྱེས་པའི་དཔེར་འོས་པ་གཏན་སྒྲོན་ཤུགས་  
ཀྱང་། སང་དང་འཇིག་རྟེན་ཕྱི་མ་གཉིས། ། སྒྲོན་ལ་གང་འོང་གཏོལ་མེད་  
པས། ། སང་གི་ཆོས་ལ་མི་འབད་པར། ། ཕྱི་མའི་དོན་ལ་འབད་པར་རིགས། །  
ཞེས་པའི་ཆོམས་ཀྱི་ལུང་འདི་ཡང་ཡང་གསུངས་ནས། ཕྱི་མའི་དོན་བཞི་ཡོད་དེ།  
ཡོ་བྱད་ཆོགས་སུ་གཏོང་བ། རྟིག་རྩུང་ལ་བཤགས་སྒྲུམ་བྱེད་པ། ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་



སྒྲོ་སྒྲོང་བ། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ་བཞི་ཡིན་གསུངས། དེའི་  
 དང་པོ་ནི། ཡོ་བྱད་ཐམས་ཅད་ལ་མ་ཆགས་པར་དངོས་སུ་གཏོང་བའམ། དེ་མིན་  
 ཀྱང་གཏོང་སེམས་སྤེལ་བར་བྱེད་པ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི། སྒྲོབས་བཞི་ཆང་བའི་  
 བཤགས་པ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་པ་ཡིན། གསུམ་པ་ནི་མི་རྟག་པ་བསྐྱེམས་པའི་ཆེ་ལམ་  
 གྱི་རིམ་པ་ཆ་ཆང་བ་མི་རྟག་པའི་དམིགས་ནམ་གྱི་ཁོངས་སུ་བསྐྱེམས་ནས་ཉམས་སུ་  
 ལེན་པ་ཡིན། བཞི་པ་ནི་སྒྲེ་བ་ལེན་མི་དགོས་ན་ཡར་བཞག་སྒྲེ་བ་ལེན་དགོས་ཕྱིན་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འགྲོ་དོན་ནལ་མ་རུས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་ཏུ་སྒྲེ་  
 བ་ལེན་རྒྱ་ཡོང་བའི་སྒྲོན་ལམ་བཏབ་ན་དེ་དོན་ཆེ་བ་ཡིན་ཞིང་འགྲུབ་པ་ཡང་སྤྲོད།  
 རྒྱལ་བ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཡང་སྒྲོ་འདིས་ཆོས་ལ་བསྐྱེལ་ནས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན། སངས་  
 རྒྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་དང་པོར་ཡང་མི་རྟག་པ་འདི་གསུངས། ཆོས་ཀྱི་ཐ་མར་ཡང་འདི་  
 གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་འདུན་དག་དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ན་འདུས་བྱས་  
 ཐམས་ཅད་མི་རྟག་པར་གསུངས་སོ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་  
 ཀེའུ་ཆང་ཤར་གྱི་དགེ་སྒྲོང་ཞིག་ལ། བྱེད་ཀྱི་སེར་ར་མི་བཞུགས་པར་སྒྲོས་བཏང་ན་  
 འདིར་ཐེབས་པ་ཞིད་པོ་རེད་བྱས་པས། དེས་ཁོ་སྒྲོས་མ་བཏང་ཁོས་ང་སྒྲོས་བཏང་  
 ཟེར། དེ་འདྲ་བྱས་ན་ནི་སྒྲོས་བཏང་བའི་བྱབ་པ་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་སྤང་པོ་  
 ཡང་སྒྲོས་བཏང་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་གསུངས། ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བཟུལ་གྱིས་སྐབས་སུ་  
 རྒྱལ་བ་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་འདི་བསམས་པའི་སྐབས་སུ་ཕྱིར་བལྟས་ཀྱི་བཤད་པ་མང་པོས་  
 མི་པན་པས་སྒྲོན་བྱོན་གྱི་དམ་པ་མང་པོས་བཤད་ཡམས་སུ་སོང་བ་མང་ཞེས་གསུངས་  
 པ་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་བདག་ངན་སོང་དུ་སྒྲེས་ན་ཞེས་གསུངས་པ་ལ་ཡིན་ནམ་གང་ལྟར་  
 དེའི་མཁུག་ཏུ་དངོས་གཞི་སྒྲོམ་རྒྱུ་གྱི་སྐབས་སུ། རང་གི་ལས་གསོག་ལྷགས་ལ་  
 བརྟག་ན་ངེས་པར་ངན་སོང་དུ་སྒྲེ་བ་ལས་འོས་མི་འདུག་སྟམ་པའི་སྒྲོ་ནས་ངན་  
 འགྲོའི་སྤྱག་བཟུལ་སྒྲོམ་རྒྱུ་གསུངས་པ་འདི་མན་ངག་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཡིན་ཞེས་སྤྲོ་མ་



ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དགོངས་པ་གཅིག་ཏུ་གསུངས་པ་ཡིན་ཞིང་། བྱང་པ་རྟུ་ཕུག་པས་  
 ཀྱང་ངན་འགྲོའི་སྒྲིག་བསྐྱེད་པ་ལྟོས་པར་མཛད་པའི་ཆོད་ཀའ་བ་ཆེན་པོ་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པ་བྱང་ཡང་ཕུགས་རྒྱུད་ལ་སྦྱར་མི་ཉན་པ་བྱང་། རྗེས་སོར་འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
 ལྷང་འདི་པར་ལ་འཁོད་ནས་ཕུག་དཔེ་ལ་གཟིགས་པས་འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལྷང་འདི་  
 དང་མཇལ་བའི་ཕྱིས། འདི་ཡོད་ན་ང་ལ་དཀའ་ལས་ཆེན་པོ་དེ་ཙམ་དགོས་པ་མི་  
 འཇུག་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་ངན་འགྲོའི་སྒྲིག་བསྐྱེད་པའི་ཆོད་ཡང་། དཔེར་  
 བློ་སྤང་ཅེ་ཤག་གི་བཅོན་པ་ཞིག་གསོད་པའི་བྱིས་སྐུ་ཞེས་གཏོང་བའི་དུས་ལ་བབས་  
 པ་ན་ལྟ་མོ་ལྟ་བུ་བྱ་མི་བྱེད་པར། དེ་ལྟ་བུའི་བཅོན་པ་དེ་ལ་བྱིས་སྐུ་ཞེས་གཏོང་བའི་  
 ཆོ་ ལྟ་མོ་ལྟ་མི་དེའི་ཁྱོད་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱིས་སྐུ་ལ་སྦྱར་ན་དེ་བཟུང་བ་དང་།  
 སྤང་བྱི་ལྟ་མོ་ལྟ་རྒྱུའི་སེམས་དགའ་དགའ་ལྟ་བུ་དེ་སྤང་བཟེད་དེ། རང་ཉིད་  
 བྱིས་སྐུ་ལ་སྦྱར་རྒྱུ་དེ་དཔེར་ནས་སྒྲིག་བསྐྱེད་བཟོད་སྒྲིགས་མེད་པ་འབྱུང་བ་ལྟར།  
 ངན་སོང་གི་སྒྲིག་བསྐྱེད་དེ་དག་ཀྱང་རང་གིས་དངོས་སུ་སྦྱང་བར་མོས་ནས་འཇིགས་  
 པ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་ཏེ་བསྐྱེད་དགོས། སྒྲིག་བསྐྱེད་མ་སྐྱེས་པའི་ཉེས་དམིགས་  
 གཅིག་ཁ་སང་ཁྱེད་པ་དེའི་ཁྱུངས་ནི། སྦྱོང་འཇུག་ལས། སྒྲིག་བསྐྱེད་མེད་པར་  
 དེས་འབྱུང་མེད། ། དེ་བས་སེམས་ཁྱོད་བཟན་པར་མཛོས། ། ཞེས་གསུངས།  
 སྒྲིག་བསྐྱེད་བསྐྱེས་པའི་ཕན་ཡོན་དུག་ཡོད་དེ་ང་རྒྱལ་དང་དྲེགས་པ་འཛོམས་པའི་  
 གནས་སམ་ཕན་ཡོན་དེ་བཞིན་དུ་སྦྱང་རྗེའི་བའི་གནས་སྤིག་པ་ལ་འཛོམས་པའི་གནས།  
 དག་བ་ལ་དགའ་བའི་གནས། སྐབས་སུ་འགྲོ་བའི་གནས། དེས་འབྱུང་སྦྱོང་བའི་  
 གནས་རྣམས་སོ། དེ་དག་སྦྱོན་པ་ལ་སྦྱོང་འཇུག་ལས། གཞན་ཡང་སྒྲིག་བསྐྱེད་  
 ཡོན་ཏན་ནི། ། ཞེས་སོགས་ཆོག་བཅད་གཅིག་ཁ་སང་ཁྱེད་པ་དང་། བདག་ནི་  
 འཇིགས་པས་རྣམ་སྒྲིག་ནས། ། ཀྱན་ཏུ་བཟང་ལ་བདག་ཉིད་འབུལ། ། ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། ལྷང་དང་པོའི་ཆོག་རྒྱུད་དང་པོ་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་ཡོན་དང་། གསུམ་



པས་སྒྲིང་རྒྱུ། བཞི་པས་སྒྲིག་པ་ལ་འཛེམ་པ་དང་། དགེ་བ་ལ་དགའ་བ་གཉིས་  
 བསྟན། ལྷུང་ཚན་གཉིས་པས་པན་ཡོན་ཐ་མ་གཉིས་བསྟན་པ་ཡིན་གསུངས།  
 ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱལ་བསམ་ཚུལ་དངོས་ཀྱི་སྐབས་སུ། འདི་ནས་དཔག་ཚད་སྤྲུམ་  
 བྲི་ཉིས་སྒྲིང་གི་འོག་ཏུ་དཔུལ་བ་ཡང་སྤོང་ཡོད། དེ་ནས་དཔག་ཚད་བཞི་སྒྲིང་བཞི་  
 སྒྲིང་གི་འོག་ཏུ་དཔུལ་བ་གཞན་བདུན་རེ་རེ་ནས་ཡོད། དེའི་དང་པོ་ཡང་སྤོང་ནི།  
 རང་དེར་སྐྱེས་པའི་ཉམས་བརྟོན་ནས། ཡང་སྤོང་པའི་སེམས་ཅན་དེ་རྣམས་གཅིག་  
 གིས་གཅིག་མཐོང་པའི་ཆེ་ཁོང་ཁྲོ་ལང་སྟེ་མཚོན་ཆ་སྟེ་ཆོགས་ཐོགས་ནས་གཅིག་གིས་  
 གཅིག་གསོད་པར་བྱེད། དེ་ནས་ནམ་མཁའ་ལས་བྱེད་རྣམས་ཡང་སྤོང་པར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅས་པའི་སྐྱ་བྱུང་བ་དང་། ཡང་སྤོང་ནས་སྤྱར་ལྟར་སྤྱག་བསྐྱལ་མྱོང་། འདིའི་  
 སྐབས་གསོད་པའི་ཐ་སྟད་བཏགས་པ་མ་གཏོགས་དངོས་སུ་གསོད་པ་མིན་བརྒྱལ་  
 ནས་འགྲོ་བ་ཡིན། ཡང་སྤོང་པར་འགྱུར་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི། བརྒྱལ་བའི་ཆེ་ཡིད་  
 བྱེད་དེ་ཉིད་ཉེ་བ་དང་སྒྲིང་ཁ་སྤོངས་སུ་ལུས་ནས་སྤོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན།  
 དཔུལ་བ་ཡང་སྤོང་པའི་ཆེའི་ཆད་ནི། དཔུལ་བ་དེའི་ཉིན་གཅིག་ལ་མི་ལོ་ས་ཡ་དགུ་  
 ཡིན་པས་གཞན་ལ་བརྒྱ་དང་བྲལ། ཡང་སྤོང་པ་འདི་ཆ་དཔུལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་  
 ནས་སྤྱག་བསྐྱལ་ཡང་ཤོས་ཡིན། འདི་ཆོ་ལ་པ་རོ་པོ་བྱབ་སྟམ་པའི་ཡིད་བདེ་ཉོན་  
 མོངས་ཅན་གྱི་ཆ་ཤས་ཕྱན་བྱུ་རེ་ཡང་བར་བར་དུ་ཡོང་རྒྱ་ཡོད། ཐིག་ནག་ནི་རང་  
 དེར་སྐྱེས་པའི་ཉམས་བརྟོན་ནས། ལུས་གན་རྒྱལ་དུ་བཞག དེའི་སྒྲིང་དུ་དཔུལ་  
 སྤྱང་རྣམས་གྱིས་ཐིག་བཞི་དང་བརྒྱད་དང་བཅུ་དྲུག་ལ་སྤོངས་པ་བཏབ་ནས་ཐིག་  
 འདེབས་པའི་ཆེ་ཡང་ལུས་འཕར་བའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མྱོང་། ཐིག་དེའི་སྒྲིང་དུ་སྤོང་  
 ལེས་འབྲེག་པ་དང་། སྟེ་རེས་གཤེག་པ་དང་། ཐིག་མེད་པའི་བར་ཐམས་ཅད་  
 སྟེ་ལུས་གཞོག་པར་བྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་མྱོང་། བསྐྱུས་འཛེམས་ནི། དེར་བཤན་  
 པ་སྤོངས་སྐྱེ་བར་བཤད་ཀྱང་། རང་གིས་ཀྱང་སེན་མོའི་བར་དུ་ཐིག་བསད་ན།



དེར་སྒྱེ་བའི་རྒྱུར་འགྲོ། དེར་སྒྱེས་ན་སྤྱག་བསྐལ་ནི། དཔུལ་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་དེད་  
 རས་ལྷགས་ཀྱི་རི་ར་ལྷག་གི་གདོང་པ་ཅན་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་བཅུག་ནས་རི་དེ་གཉིས་  
 འབྲས་པའི་དབྱས་སུ་འཆོར་ཏེ་སྐད་ཅིག་དེ་ལ་ཁྲག་གི་རྒྱན་བབས་པ་ད་ལྟ་ང་ཆོ་མི་  
 ཡུལ་གྱི་འོལ་པ་ཆེན་པོ་ལས་ཀྱང་ཆེ་བ་འབྱུང་། ཏུ་འབོད་ནི། ལྷགས་མེ་འབར་བའི་  
 ཁང་པའི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བའི་སྤྲོང་དུ་བཞག་  
 པ་དང་། ལྷགས་ཀྱན་ནས་མེ་འབར་བས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷགས་མེ་འབར་བའི་སྤྲོང་དུ་བཞག་  
 ཁང་དེ་འདྲ་བ་ཉིས་རིམ་གྱི་ནང་དུ་བཅུག་ནས་ལྷགས་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བའི་ས་  
 གཞིར་བཞག་པ་ན་ལྷགས་ཐམས་ཅད་ནས་མེ་འབར་བས་བསྐྱེད་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། དེ་ལྷགས་  
 ཁང་ཉིས་རིམ་དུ་སྤང་གཤིས་གཅིག་ནས་ཐར་ཀྱང་གཅིག་ནས་མེ་ཐར་པའི་ཡིད་གྱི་  
 སྤྱག་བསྐལ་ཆེ། སྤྱག་བསྐལ་ཇི་ལྟར་ཆེ་བ་བཞིན་གྱི་ཕྱི་རོལ་གྱི་མེ་ཡང་ཆ་བར་འབར་  
 བ་སྒྱུད་འབྲུག་ལས། འགྲོད་པ་མི་བཟད་མེ་འབར་བས། ། སེམས་གདུང་འབྱུར་བ་  
 གདོན་མི་བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་ཆ་བ་ནི། ལྷགས་ཟངས་  
 དཔག་ཆད་དུ་མ་ཡོད་པར་དཔུལ་སྤྱང་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་བཅུག་སྟེ་ཉ་གསོན་པོ་རྒྱ་  
 ཁོལ་མའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་པ་བཞིན་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཅིང་། ལྷགས་ཀྱི་མདུང་ཤིང་མེ་འབར་  
 བ་ཆེར་མ་ལྟ་བུས་འཕྲོངས་ནས་ཕྱག་སྟེ་སྤྱི་བོ་ནས་འབྱེན་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 རང་གི་ཁ། མིག་སྒྲ། རྒྱ་ན་བ་རྣམས་ཀྱི་བྱ་ག་དང་། བ་སྤྱི་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་  
 མེ་རབ་ཏུ་འབར་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ནི་ལྷགས་ཟངས་དེའི་ནང་ནས་བཏོན་ཏེ།  
 ལྷགས་མེ་འབར་བའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་ས་གཞིར་གན་རྒྱལ་ལམ་ཁ་སྤྱབ་ནས་བཞག་  
 ལྷགས་ཀྱི་ཐོ་བ་མེ་རབ་ཏུ་འབར་བས་དེའི་སྤྲོང་ནས་བརྒྱུད་། རབ་ཏུ་ཆ་བ་ནི།  
 ལྷགས་ཀྱི་མདུང་ཤིང་རྩ་བ་གཅིག་ལ་རྩ་མོ་གསུམ་ཡོད་པ་སྤྲ་མ་ལྟ་བུའི་ཆེར་མ་ཅན་  
 འབར་བས་འཕྲོངས་ནས་ཕྱག་སྟེ། རྩ་མོ་གཅིག་མགོ་དང་གཉིས་ཕྱག་པ་གཉིས་ནས་  
 འབྱེན་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱ་ག་ཐམས་ཅད་ནས་མེ་འབར་བ་དང་ཡང་ཁ་



ཅིག་ལྷགས་མེ་འབར་བ་ལེབ་ལེབ་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་རང་ཉིད་བཞག་ནས་ཐང་ཁ་དང་ཞལ་  
 ཁེབ་མཉམ་དུ་སྒྲིལ་བ་ལྟར་ལྷགས་སྒྲིབས་དེ་དང་མཉམ་དུ་རང་ཡང་སྒྲིལ་བར་བྱེད།  
 ལྷགས་ཟངས་ཆེན་པོ་སྤྱོད་བསྒྲེལ་བའི་ནང་དུ་རང་ཉིད་བཅུག་སྟེ་བསྒྲེལ་བར་བྱེད།  
 དེའི་ཆེ་ཆུང་བསྒྲེལ་བའི་ནང་དུ་སྒྲིབ་མ་སྒྲིག་པ་ན་འགའ་ཞིག་སྤྲོད་དུ་ཡོང་བ་འགའ་  
 ཞིག་འོག་དུ་འགྲོ་བ། འགའ་ཞིག་ཕན་ཚུན་དུ་འགྲོ་བ་ལྟར། སེམས་ཅན་དེ་དག་  
 ཀྱང་ལྷགས་ཟངས་དེའི་ནང་དུ་དེ་ལྟར་འགྲོ། དེ་ནས་ཕགས་པ་དང་ཤ་ཁྲག་རྣམས་  
 རིམ་གྱིས་ཞིག་ནས་རུས་པ་འབའ་ཞིག་ལུས་པའི་ཆེ་དམུལ་སྤྲང་རྣམས་ཀྱིས་ལྷགས་  
 རིང་པོས་ཕྱག་ནས་ཡར་བཏོན་ཏེ། ལྷགས་ཀྱི་ས་གཞི་མེ་འབར་བ་དེ་ལ་འགྲེམས་  
 པར་བྱེད། དེ་ནས་ཤ་ཁྲག་ཕགས་གསུམ་སྒྲིས་པ་ན་ཡང་ནང་དུ་འཇུག་པར་བྱེད།  
 འོ་ན་རུས་པ་འབའ་ཞིག་ལུས་པའི་ཆེ་སྤྲུག་བསྐྱེད་མེད་དོ་སྟེ་མ་ན། དེའི་ཆེ་ཡང་ལས་  
 དབང་གིས་རུས་པ་དེ་གར་སྤྱོད་གནས་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་བསམ་གྱི་མི་བྲབ་པ་  
 མྱོང་བར་འགྱུར། མནར་མེད་ནི། སྤྱོད་སྤྱོད་བཞི་ནས་ས་གཞི་དཔག་ཆད་མང་པོ་  
 ཡོད་པ་མེ་འབར་བས་དེ་འོངས་ནས། མེ་དེས་མནར་མེད་པ་རྣམས་ཀྱི་ཕགས་པ།  
 ཤ། རྒྱས་པ། རུས་པ་རྣམས་རིམ་གྱིས་བཤེག་སྟེ་རྒྱང་ལ་ཐུག་པར་བྱེད། དེའི་ཆེ་  
 མར་མེའི་སྤྲོད་པོ་བཞིན་དུ་མེ་ལྷེ་འབར་བས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཐམས་ཅད་དུ་བྲབ་པས་ལུས་དང་  
 མེ་དབྱེར་མེད་ལྟ་བུར་སོང་ནས་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་མ་ཆད་དུ་མྱོང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 ཉམ་ཐག་པའི་སྐད་ངན་འདོན་པས་དེ་ན་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཤེས་པ་ཅུ་ཡིན།  
 འདི་ལ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་མཆོམས་མེད་པ་སྤྱོད་བ་ནི། དམུལ་བ་གཞན་རྣམས་ལ་  
 སྤྲུག་བསྐྱེད་པར་ཆད་པ་མེད་ཀྱང་ཅུང་ཟད་ཆུང་དུ་འགྲོ་བ་ཡོད། འདིར་ཆུང་དུ་  
 འགྲོ་བ་ཡང་མེད་པས་དེ་ལྟར་བཤད། འདི་ལ་མེ་བཅུ་གཅིག་གི་རང་བཞིན་ཅན་  
 ཟེར་བ་ཡང་ཡོད་དེ། དེ་ལྟར་ན་སྤྱོད་སྤྱོད་མཆོམས་བཞི་སྤྲོད་འོག་དང་བཅས་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་མེ་བཅུ། དེའི་སྤྲོད་དུ་རང་གི་ལུས་ལས་སྒྲིས་པའི་མེ་དང་བཅུ་གཅིག་



ཡིན། ཡང་ཡོས་རྒྱུད་པ་ལྟར་ལྷགས་གྱི་ཞིབ་མཆོན་པོའི་ནང་དུ་ལྷགས་གྱི་མེ་འདག་  
 རབ་དུ་འབར་བ་འབྲབ་དུ་འཇུག ། ལྷགས་གྱི་ས་གཞིར་ལྷགས་གྱི་རི་ཆོན་པོ་ནམས་  
 ལ་འབབ་འཛིག་བྱེད་དུ་འཇུག་ཅིང་། ཁ་ནས་ལྷེ་བཏོན་ཏེ་དཔག་ཆད་དུ་མའི་ཁྱོན་  
 ཟུབ་པར་འཐེན་ནས་སྒྲིགས་ཀྱིན་དུ་ཡུར་བ་བརྒྱ་ཐམ་པས་བརྒྱུད་ཏེ་སྤང་གི་ཀོ་བ་  
 གཉིད་ནས་རྒྱུད་བའི་ཆོ་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་བཞིན་དུ་གཉིར་མ་དང་ཁམ་ཁུམ་མེད་  
 པར་བྱས་ནས་ཁ་ཅིག་ལ་ནི་དེའི་སྤྱིང་དུ་ཞིང་མོ་བར་བྱེད། ཡང་ཁ་ཅིག་ལྷགས་གྱི་ས་  
 གཞི་མེ་འབར་བ་ལ་གན་རྒྱལ་དུ་བཞག་ནས། ཁ་བཅུ་མ་ནས་ཡོད་པ་ལྷགས་གྱིས་  
 འབྱེད་སྤྱད་གྱིས་ཁ་ཐྱེ་ནས། ལྷགས་ཕྱི་ལ་ཕྱི་ལ་མེ་འབར་བ་དང་། ཟངས་བསྐྱེད་བ་  
 ཁར་སྤྱགས་ནས་དེས་ཁ་དང་སྒྲོག་མ་དང་རྒྱ་མ་ནམས་ཆོག་སྟེ་རོ་སྤྱད་ནས་འབྱུང་།  
 ལྷག་མ་གཞན་ནི་རབ་དུ་ཆ་བ་བཞིན་ནོ་ཞེས་པ་འདི་ཐམས་ཅད་ལ་སྦྱོར་དགོས་ལ།  
 སྦྱོར་ཆུ་ལ་ནི། དམུལ་བ་སྤྲ་མ་སྤྲ་མར་སྤྱག་བསྤལ་གང་བཤད་པ་དེ་ཉིད་ཐྱི་མ་ཐྱི་མ་ལ་  
 ཡོད་ཤག་གི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན། དམུལ་བ་དེ་དག་གི་ཆོ་ཆད་ནི། བཤེས་སྤྱིངས་  
 ལས། དེ་ལྟར་སྤྱག་བསྤལ་ཤིན་དུ་མི་བཟད་ལོ། བྱེ་བ་སྤྱག་བརྒྱར་ཉམས་སྦྱོར་  
 ཡང་ནི། ། ཇི་སྤྱད་མི་དགེ་དེ་ཟད་མ་གྱུར་པ། ། དེ་སྤྱད་སྤྱག་དང་འབྲལ་བར་མི་  
 འགྱུར་ཏོ། ཞེས་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱག་བསྤལ་ཤིན་དུ་མི་བཟད་པ་ལོ་བྱེ་བ་སྤྱག་བརྒྱའི་བར་  
 དུ་ཉམས་སྦྱོར་བར་གྱུར་ཀྱང་། རང་ཉིད་དེར་སྦྱེ་འགྱུར་གྱི་མི་དགེ་བ་དེ་ཟད་པར་  
 མ་གྱུར་པ་དེ་སྤྱད་དུ་སྤྱག་དང་འབྲལ་བར་མི་འགྱུར་བར་བཤད། ཡང་མི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་  
 ཐམ་པ་ལ་རྒྱལ་ཆོན་རིགས་བཞི་པའི་ཉིན་ཞག་གཅིག་ དེ་སྤྱམ་རུ་ལྷ་བ། དེ་བརྒྱ་  
 གཉིས་ལ་ལོར་བྱས་པའི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ནི་རྒྱལ་ཆོན་རིགས་བཞི་པའི་ཆོ་ཆད་ཡིན་ལ། ཆོ་  
 ཆད་དེ་ལ་ཉིན་ཞག་གཅིག་ དེ་སྤྱམ་རུ་ལྷ་བ། དེ་བརྒྱ་གཉིས་ལ་ལོར་བྱས་པའི་  
 ལོ་ལྷ་བརྒྱ་ནི་དམུལ་བ་ཡང་སོས་པའི་ཆོ་ཆད། མི་ལོ་བརྒྱ་ལ་ཉིན་ཞག་དུ་བྱས་ནས་  
 སྤར་ལྟར་རྩིས་པའི་ལོ་སྤྱིང་སྤྱག་གཅིག་སྤྱམ་རུ་ཆ་གསུམ་པའི་ཆོ་ཆད་ཡིན་ལ། དེ་ལ་



ཉིན་ཞག་ ཏུ་བྱས་ནས་སྤར་ལྟར་རྩིས་པའི་ལོ་སྟོང་ སྤག་ལ་ཐིག་ནག་པའི་ཆེ་ཆད།  
 དེས་ཆ་བའི་བར་ལ་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ནས་ཉིན་སྟོང་། བཞི་སྟོང་། བརྒྱད་སྟོང་།  
 བྲི་བྲག་སྟོང་ ཐམ་པར་རིགས་འདྲ་ཤེས་དགོས། རབ་ཏུ་ཆ་བ་པས་ནི་མཛོད་ལས།  
 བར་གྱི་བསྐལ་བ་དཔག་མེད་ནས། ཆེ་ལོ་བཅུ་པའི་བར་དུ་འོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་གྱི་བར་བསྐལ་བྱེད་བྱལ། དེ་ཡང་བར་བསྐལ་བྱེད་བྱལ་ཅེས་རང་བཞིན་སྤམ་  
 སྤམ་ལ་མ་བཞག་པར་མཛོད་ལ་སྟོབ་གཉིར་མཛོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་རིང་བྱང་  
 དང་བཅས་པར་བྱགས་བསམ་ལེགས་པར་བཞེས་དགོས། མནར་མེད་པའི་ཆེ་ཆད་  
 བྲི་སྟོང་འབྲུག་ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་ཕྱིག་པས་ཀྱང་། ། བསྐལ་བར་མནར་  
 མེད་གནས་དགོས་ན། ། ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་ཕྱིག་གིས། ། བདེ་འགྲོར་  
 མི་འགྲོ་སྟོས་ཅི་དགོས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། ཉེ་འཁོར་བའི་དཔྱལ་བ་ནི།  
 ཆ་དཔྱལ་བརྒྱད་པོ་དེ་རེ་རེ་ལ་ཡང་རྩིག་པའི་ངོས་བཞི་བཞི་དང་སྟོ་བཞི་བཞི་ཡོད་ལ།  
 དེ་དག་གི་ཕྱི་རོལ་དུ་ནི་ལྷགས་ཀྱི་རྩ་བས་བསྐྱར་ཁིང་རྩ་བ་དེ་ལ་ཡང་སྟོགས་རེ་ལ་སྟོ་  
 རེ་ཡོད། སྟོགས་ཐམས་ཅད་དུ་ཉེ་འཁོར་བའི་དཔྱལ་བ་བཞི་བཞི་སྟོང་ཆར་དུ་  
 བསྐྱགས་ནས་ཡོད་ལ། ཆ་དཔྱལ་བ་དེ་དག་ཆ་དཔྱལ་ནས་ཐར་བར་ཉེ་བ་ན་གནས་  
 འཆོལ་བའི་བསམ་པ་སྟེས་ནས་ཕྱི་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་ཆེ་གནས་དེ་དག་དུ་སྟེབས་ལ།  
 གཞན་ཆ་དཔྱལ་དངོས་སུ་མ་སྟེས་པར་དེར་སྟེས་པ་ཡང་ཡོད། དེའི་དང་པོ་མེ་མ་  
 ལུང་གྱི་འོབས་ཡིན། དེ་ནི་མེ་སྟོན་པར་གྲགས་པ་ཁ་ཐལ་བ་དང་གཉིང་མེ་འདག་  
 རབ་ཏུ་འབར་བས་གང་བར་རྒྱང་པ་བཞག་པ་ན་མེ་འདག་དེའི་དཀྱིལ་དུ་བྱས་མོ་  
 མན་ཆད་ལུབ་ནས་པགས་པ་དང་ཤ་བྲག་ཞིག་པར་འགྱུར་ཁིང་། ཡང་རྒྱང་པ་  
 བཏིག་པ་ན་པགས་པ་དང་ཤ་བྲག་སྟེས། ཡང་ནས་བཞག་པ་ན་སྤར་ལྟར་བྱེད། དེ་  
 བྱེད་པ་ན་ཉེ་འཁོར་བ་གཉིས་པ་རོ་ལྷགས་ཀྱི་འདམ་ཡོད། དེ་ནི་མི་གཙང་བའི་  
 འདམ་དྲི་ཤིན་དུ་མན་མས་པ་ལ་མགོ་མན་ཆད་བྱིང་སྟེ་འདམ་དེའི་ནང་ནས་འབྲུ་མཆུ་



རྩོམ་ཞེས་བྱ་བ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་རྟོ་ཆེར་མ་ལྟ་བུར་རྩུབ་ལ་ཤིན་ཏུ་རིང་བ་དག་གིས་དེའི་  
 བགས་པ་དང་ཤ་དང་རྩུས་པ་དང་རུས་པ་ཐམས་ཅད་འཕགས་ཤིང་རྒྱང་ལག་  
 གཏུགས་ཤིང་འབྱུང་བར་བྱེད། དེ་ནས་ཡང་གནས་འཛུལ་བའི་བསམ་པས་ཕྱིན་པ་ན།  
 ཉེ་འཁོར་བ་གསུམ་པ་སྟུ་གྱིའི་སོ་གཏམས་པའི་ལམ་ཡོད། དེ་ནི་སེམས་ཅན་དེ་  
 རྣམས་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་ལ་སྟོན་པའི་དབང་གི་སྟུ་གྱི་རྩོམ་པོ་སོ་གཉིས་ཏུ་བསྐྱེད་བ་དག་གི་  
 རྟེན་ཏུ་རྒྱང་པ་བཞག་པ་ན་བགས་པ་དང་ཤ་སོགས་གཅོད་ལ་རྒྱང་པ་བཏེག་པའི་ཆེ་  
 དེ་དག་སྒྲར་སྟེ་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཕྱིན་པ་ན་རལ་གྱི་ལོ་མའི་ནགས་ཆལ་ཡོད། དེ་ནི་  
 སེམས་ཅན་དེ་དག་གིས་གནས་ཤིང་བྱུང་ཡིད་ཏུ་འོང་བ་དག་ཏུ་མཐོང་ནས། དེར་  
 ཕྱིན་ཏེ་ཤིང་བྱུང་དེར་བསྐྱེད་པ་ན་ཤིང་གི་ལོ་མ་ལས་རལ་གྱི་མང་པོ་ལྷགས་ཏེ་དེའི་  
 ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་གཤེག་པར་བྱེད། དེ་ནས་འགྲེལ་བ་ན་བྱི་སྟེ་པོ་  
 དག་ཡོངས་ནས་དེའི་ཤ་འཕྲོག་ཅིང་ཟེའོ། དེ་ནས་ཕྱིན་པ་ན་ལྷགས་ཀྱི་ཤིང་ཤལ་མ་  
 ལའི་ཆལ་ལམ་རི་ཡོད། དེར་ཆལ་དང་རི་ཐམས་ཅད་ལྷགས་ཀྱི་ཤལ་མའི་ཁ་ལྟ་བུར་  
 ཤིན་ཏུ་རྩོམ་བ་དེ་འབྲུ་ཡོད་ལ། དེ་དག་གི་རྩུབ་ནས་བྱི་སྟེ་པོས་དེད་ནས་ཕྱིན་སྐབས་  
 ཆེར་མ་དེ་དག་ཁ་ཐུར་ཏུ་བྱུག་པ་དེས་ཡན་ལག་དང་ཉིང་ལག་ཐམས་ཅད་གཅོད་  
 པར་བྱེད། རི་དེའི་ཆེར་སྟེབ་པ་དང་ཁ་ལྷགས་ཀྱི་མཆུ་ཅན་ཞེས་བྱ་བའི་བྱ་མཆུ་རྟོ་  
 རྩོམ་པོ་དག་མགོ་དང་དབྱུང་མགོ་གཡས་གཡོན་ཏུ་བབས་ནས་མིག་འབྲས་འཕྲོག་  
 ཅིང་བ། ཡང་མར་བབས་པའི་ཆེ་ཆེར་མ་ཐམས་ཅད་ཁ་གྱེན་ཏུ་གཟིངས་ནས་ཡང་  
 ལུས་ཐམས་ཅད་གཅོད་པར་བྱེད། དེ་གསུམ་ནི་མཆོན་ཆའི་གནོད་པར་འབྲུ་བས་ཉེ་  
 འཁོར་བ་གཅིག་ཏུ་བྱས་དེ་ནས་ཕྱིན་པ་ན་ཉེ་འཁོར་བ་བཞི་པ་རྩུ་ཁྲུང་རབ་མེད་ཅེས་  
 བྱ་བ་ཡོད། དེར་ནི་ཁྲོ་རྩུ་འཁོལ་མས་ས་གཞི་ཐམས་ཅད་གང་བ་ཡོད་ལ། དེར་ཕྱིན་  
 རྣམས་རྟེན་འོག་དང་གཡས་གཡོན་ཏུ་འགྲོ་བ་སོགས་སྒྲར་བྱས་པ་བཞིན་བྱེད། རྩུ་  
 ཁྲུང་དེའི་འབྲམ་ཕན་རྩུན་ཏུ་དཔུལ་སྒྲུང་ལག་ན་དབྱུག་པ་དང་། མཆོལ་པ་སྟེ་



ལྷགས་ཀྱི་དང་། རྒྱ་ཞེས་པ་ཐག་རྒྱུ་ལ་ཞགས་པ་བཟུང་བ་དག་བསྐྱད་ནས་ཕྱིར་  
 འོན་མི་འཇུག་ཅིང་། ལྷགས་ཀྱི་དང་རྒྱུ་ལ་བཟུང་ནས་ས་གཞི་ཆེན་པོ་མེ་འབར་བ་ལ་  
 གན་རྒྱལ་དུ་བཞག་སྟེ་ཅི་འདོད་ཅེས་འདྲི། དེའི་ཆོ་དམུལ་བ་པ་དེ་ནམས་ཀྱིས་  
 བདག་གིས་ཅི་ཡང་མི་ཤེས་མི་མཐོང་སྟེ། འོན་ཀྱང་བཀྲེས་སོ་སྐྱམ་མོ་བཟུང་བ་ན་  
 ལྷགས་ཀྱི་ཐུ་ལུམ་སྟེ་ལྷགས་ཀྱི་ལྱེ་ལྱེ་མེ་འབར་བ་ཁར་འཇུག་ཅིང་། ཟངས་བསྐྱེལ་  
 བ་ཁར་སྐྱགས་པར་བྱེད། ཉེ་འཁོར་བ་དང་ཉི་ཆོ་བའི་དམུལ་བ་དེ་དག་གི་ཆོ་ཚད་ལ་  
 དེས་པ་མེད་པར་སའི་དངོས་གཞི་ལས་བཤད་ཀྱང་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པ་མ་བཟང་པ་དེ་སྤྱིད་  
 དུ་ནི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱིད་དགོས། དེ་དག་ཀྱང་མཛོན་པ་མཛོད་ནས་བཤད་པ་དེ་  
 ནམས་ཚོད་པ་མཛོད་པའི་ཆོ་སྐྱེལ་ལ་སྐྱེལ་བའི་ཕྱིར་དུ། ཚོད་པར་བྱའོ་སྐྱེལ་པ་བྱས་  
 ནས་ཚོད་དགོས་ཏེ། དབུ་མ་འཇུག་པ་ལས། བསྟན་བཅོས་ལས་དབུད་ཚོད་ལ་  
 ཆགས་པའི་ཕྱིར། ། མ་མཛོད་ནམ་གྲོལ་ཕྱིར་ནི་དེ་ཉིད་བསྟན། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན་གསུངས། གྲང་དམུལ་ནི། ཆོ་དམུལ་གྱི་ཐད་ས་དཔག་ཆད་བྲི་ཆོ་རེའི་པ་  
 རོལ་ན་ཡོད་ལ་འདི་ནས་དཔག་ཆད་གསུམ་བྲི་ཉིས་སྟོང་གི་འོག་ན་བྱུར་ཅན། དེ་  
 ནས་དཔག་ཆད་ཉིས་སྟོང་གི་ཉིས་སྟོང་གིས་ཆོད་པ་ན་གཞན་བདུན་ཡོད། དེ་ཡང་  
 རྒྱ་བྱུར་ཅན་དང་ཡང་སོས་ཐད་སོ། རྒྱ་བྱུར་རྡོལ་བ་དང་ཐིག་ནག་ཐད་སོ། དེ་ནས་  
 རིམ་པ་བཞིན་ཆོ་དམུལ་དང་གྲང་དམུལ་དེ་དག་ཐད་སོར་བཤད་པས། སྤྲུལ་ལ་སོ་  
 སོའི་བར་དུ་དཔག་ཆད་བཞི་སྟོང་ཡོད་པར་བཤད། འདིར་ཉིས་སྟོང་ལས་མ་བཤད་  
 པར་ཐད་སོར་བཤད་པ་གང་ཡིན་སྟུང་ན་དེ་ནི་ཆོ་དམུལ་དེ་དག་གཙང་རྡོར་བཟུང་  
 མོའི་སྐབས་སུ་ཡོད་ལ། གྲང་དམུལ་བ་དེ་དག་གིས་གངས་རིའི་ཆེ་མོ་གང་མཐོ་སར་  
 ཡོད་པས་གནས་ཐད་སོར་བཤད་པ་ཡིན་ལ། དཔག་ཆད་ཉིས་སྟོང་གིས་གངས་རི་  
 དེ་དག་གིས་བློས་པ་ཡིན། གྲང་དམུལ་བརྒྱད་ཀྱི་དང་པོ་རྒྱ་བྱུར་ཅན་ནི། ལྷགས་པ་  
 ཆེན་པོས་བཏབ་པས་ལུས་ཐམས་ཅད་དུ་རྒྱ་བྱུར་ཤར་བ། རྒྱ་བྱུར་རྡོལ་བ་ནི། རྒྱ་



བྱར་དེ་དག་རྟོལ་བ། སོ་ཐམ་ཐམ་པ་ནི་ལྷས་འདར་ནས་སོ་ཐམ་ཐམ་བྱེད་པ་ཀྱེ་རྒྱུད་  
 ཟེར་བ་ནི། ཏ་ཅང་འབྲུགས་ནས་ཀྱེ་རྒྱུད་ཅེས་ང་རོ་སྒྲོགས་པ། ཡ་ཆུ་ཟེར་བ་ནི།  
 ཡ་ཆུ་ཞེས་པའི་སྒྲུ་ཁོན་འབྱེན་པ། དེ་དག་ཀྱང་ལྷས་ཀྱི་རྫོད་ལ་རེ་ནས་ལག་པ་གཉིས་  
 བྲང་ལ་སྦྱར་བ་དང་། ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷས་མོ་གཉིས་བྲང་ལ་བཅུམ་ནས་རྫོད་པ་  
 དང་འགའ་འབྲུམས་ཀྱི་ལ་ལེ་ཁ་སྦྱབ་ལོག་ནས་རྫོད་པ་སོགས་ཡོད། ཡུལ་ལྟར་གས་  
 པ་ནི། ལྟགས་པ་ཆེན་པོས་བཏབ་པས་ལྷས་ཁ་དོག་སྒྲུ་ཞིང་ལྷ་འཕྲུག་ཏུ་གས་བ།  
 པ་སྒྲུ་ལྟར་གས་པ་ནི་ཁ་དོག་དམར་པོར་གྱུར་ཏེ་ཁ་བཅུ་ལ་སོགས་པར་གས་བ། པ་སྒྲུ་  
 ལྟར་ཆེར་གས་པ་ནི། པགས་པར་ཤིན་ཏུ་དམར་ཏུ་རེ་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ནས་ཁ་  
 བཅུ་འཕྲུག་དེ་ལས་མང་བར་གས་པའོ། ཆོ་ཆད་ནི། ཏིལ་མ་ག་ཏའི་བྲེ་བོ་ཆེའི་ཁལ་  
 བཅུད་ཅུ་ཐམ་པས་བང་བ་བཀའ་ནས་ལོ་བཅུ་རེ་ནས་ཏིལ་རེ་རེ་ཕྱིར་བྱུང་སྟེ། ཏིལ་  
 དེ་བཟད་པའི་ཆོད་ཙམ་ཆུ་བྱར་ཙན་གྱི་ཆོ་ཆད་ཡིན་ལ། གཞན་རྣམས་རིམ་བཞིན་ཉི་  
 སྟེ་ཉི་སྟེ་འབྲུར་གྱིས་རིང་བ་ཡིན། ཉི་ཆོ་བའི་དཔྱལ་བ་ནི་འདིར་མདོར་བསྡུས་ལས་  
 མ་གསུངས་ཀྱང་མི་ཡུལ་ན་ཡོད་པ་ནི། སྒྲོབ་དཔོན་པ་སྒྲུས་བྱང་དུ་ཆུ་ཆོན་ཞིག་གི་  
 ཁར་རྩ་ཙམ་པོ་བསྒྲུམས་ནས་བྱོན་སྟེ་ཆུ་ཆོན་དེར་བཅུག་པ་ན་རྩ་སྟོང་དང་རྩ་ཙམ་  
 དབྱེ་བ་བྱེ་ནས་རྫོད་པ་ལ་དེའི་ནང་དུ་ཡོད་པའི་ཉི་ཆོ་བའི་དཔྱལ་བ་དེ་དག་ལ་ཡང་  
 རྒྱག་བསྐྱལ་དེ་འདྲ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དང་། ཡང་འཕགས་པ་དགེ་འདུན་སྲུང་  
 གི་རྟོགས་བརྗོད་ནས་འབྱུང་བ་ནི། དགེ་འདུན་བསྲུང་ཐག་རིང་པོར་བྱོན་པ་ན།  
 ཁང་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་ཉིན་མོ་ལྟའི་དཔལ་འབྱོར་ལྟ་བུའི་དགའ་བདེ་དེ་ལ་སྦྱོད།  
 མཚན་མོ་སྒྱག་བསྐྱལ་ཤིན་ཏུ་མི་བཟད་པ་ཕྱོད་བ་དང་། ཡང་ཁང་པ་འགའ་ཞིག་ཏུ་  
 མཚན་མོ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་ཕྱོད་ལ། ཉིན་མོ་སྒྱག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་ཕྱོད་བ་གཟིགས་པ་ན།  
 འཕགས་པས་དེ་དག་ལ་རྒྱ་མཚན་རྫིས་པས། དང་པོས་འོ་ཅག་བཤན་པར་གྱུར་པ་  
 ལ་འཕགས་པ་ཀ་ཏ་ཡ་ནས་བཏྲན་བྲིམས་ལོངས་གསུངས་པ་ལ། དེད་ཅག་གིས་



ཉིན་མོ་སྟོག་བཅད་མཚན་མོ་བསྟན་བྲིམས་བསྐྱུངས་པས་འདི་ལྟར་འབྱུང་བ་ཡིན་  
 ཟེར། ཕྱི་མས་འོ་ཅག་སྟངས་འཆོང་དུ་གྱུར་བ་ན་འཕགས་པ་ཀ་ཏ་ཡ་ནས་བསྟན་  
 བྲིམས་ལོང་གསུངས་པ་ལ། འོ་ཅག་སྟངས་བཅོངས་ནས་ལུས་འཆོ་བར་བྱེད་པ་ཡིན་  
 པས་མི་ཡོང་ཞུས་པ་ན། ཉིན་མཚན་ཐམས་ཅད་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་དམ་གསུངས་པར་  
 བཞེན་མཚན་མོ་སྟངས་བཅོངས་ནས་ཉིན་མོ་བསྟན་བྲིམས་སྒྲུངས་པས་འདི་ལྟར་བྱུང་  
 བ་ཡིན་ཟེར་བ་དེ་ནམས་ཀྱང་ཉི་ཆེ་བའི་དཔྱལ་བ་ཡིན། ཡང་ཁང་བཟང་ཞིག་དུ་  
 བྱོན་པས། དེར་བྲི་ཞིག་གི་སྟངས་དུ་ལྟ་མོ་ཞིག་བཞུད། དེའི་མདུན་དུ་ཡི་དྲགས་  
 གསུམ་ལྟ་མོ་དེའི་གདོང་ལ་བལྟ་ཞིང་འདུག་པ་ལ། ལྟ་མོས་དགེ་འདུན་སྲུང་ལ་  
 ཁམས་འདྲི་ཞུས་པར། དགེ་འདུན་བསྐྱུང་གིས་སྒྲོམ་སྟོགས་ཆད་གསུངས་པས་ལྟ་མོ་  
 དེས་བྲི་དེའི་སྟངས་དུ་དགེ་འདུན་བསྐྱུང་བཞག་ནས། ལྟའི་ཁ་ཟས་ལྟ་བུའི་བཟའ་  
 བཅའ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་བསྟོན་བཀྱར་ནས་འདི་དག་གིས་སྟོང་བྱུང་ན་མ་སྟེར་  
 ཞིག་ཟེར་དེ་ལྟ་མོ་བྱིར་སོང་བ་ན། དེ་དག་གིས་སྟོང་པ་ལ་དགེ་འདུན་བསྐྱུང་གིས་  
 བྱོན་པས་གཅིག་གིས་ཐོས་པ་དང་མེ་འབར། གཅིག་གི་གྲོ་བ་འགགས། གཅིག་གི་  
 ཟས་གུམ་སག་དུ་གྱུར་པ་ན་ལྟ་མོ་དེ་ཡོང་ནས་འདི་དག་ལ་ང་སྟོང་རྗེ་མེད་པ་མིན་ཀྱང་  
 འདི་དག་ལ་གནོད་ཡོང་བས་མ་སྟེར་ཞུས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ལ། དགེ་འདུན་བསྐྱུང་  
 གིས་རྒྱ་མཚན་དྲིས་པས། དེད་ཅག་སྟོན་པ་མ་གཉིས་དང་བྱ་དང་བྱ་མོ་སྟེ་བཞིར་  
 གྱུར་བ་ན། བྱ་གཉིས་དང་པས་ཤིང་བྱ་བར་བྱོན། མ་བྲིམ་དུ་བཞུད་ཤུལ་དུ་  
 འཕགས་པ་རང་སངས་རྒྱས་ཞིག་བྱོན་ནས་བསོད་སྟོམས་བཞེས་པ་ལ་མས་བསོད་  
 སྟོམས་ཤུལ། པ་སོགས་ཡོང་དུས་དེ་རིང་དེད་ཀྱིས་བྱ་བ་ཆེན་པོ་བྱས་རྗེས་སུ་ཡི་རང་  
 བར་གྱིས་ཤིག་བྱས་པ་ལ། ཅི་བྱས་ཟེར་ལོ་རྒྱས་བཤད་པས། གཅིག་ན་རེ་དེའི་ཁ་ལ་  
 མེ་འབར་ན་ཟེར། གཅིག་ན་རེ་དེའི་གྲོ་བ་འགགས་ན་ཟེར། གཅིག་གིས་དེའི་ཁ་  
 ཟས་གུམ་སག་དུ་སོང་ན་ཟེར་བ་ལ། ཁོང་ཆོ་འདི་འདྲར་སྟེས། ངས་སྟོན་ལམ་དེ་མ་



བཏབ་ན་སྤྲུལ་ཅུ་ཙུ་གསུམ་གྱི་ལྟ་ལས་འགྲོ་ས་མེད་དེ། ཁོང་ཚོས་འདི་འདྲ་བེར་ན་  
 ངས་བསོད་སྟོམས་ཤུལ་བ་དང་། ཁོང་ཚོས་དམོན་མོ་བགངས་པའི་ནམ་སྒྲིན་གཉིས་  
 མཐོང་རེས་ཡོང་བར་ཤོག་ཅེས་སྟོན་ལམ་བཏབ་པས་ང་ཡང་འདིར་སྐྱེས་པ་ཡིན་ཟེར།  
 དེ་བས་ན་དགོ་བ་བསྐྱུང་པ་གལ་ཆེ། གཞན་ཡང་ཤ་རྩ་གཉེ་བེར་བ་རྒྱགས་པ་ཡན་  
 ལག་ཆེར་མེད་པ་འདྲ་བ་སྟོགས་ནས། རང་གི་ཤ་བེར་བ་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་གཙུག་  
 ལག་ཁང་གི་རྩིག་པ་དང་ཀ་བ་སོགས་ལ་གཤང་གཅི་དང་ལུད་པ་སོགས་དོར་བས་  
 རྩིག་པ་དང་ཀ་བ་རྩ་བུའི་དཔུལ་བ་བར་སྐྱེ་བ་དང་། དགོ་འདུན་གྱི་སྤྱི་རྩིས་ཐག་པ་  
 དང་ཐུགས་མ་སོགས་ལ་ལོངས་སྤྱད་པས། དེ་དག་རྩ་བུའི་དཔུལ་བར་སྐྱེ་བར་  
 བཤད་པ་དེ་དག་ནི་ཆེ་བའི་དཔུལ་བ་ཡིན་གསུངས། དུད་འགྲོའི་སྤྱག་བསལ་ནི།  
 བཤས་ལྷག་སོགས་སྟོག་ལ་རང་དབང་མེད་པས་གསོད་པ་དང་། བྱུར་ཆེན་པོ་  
 འགོལ་བ་དང་། གཉའ་བ་ནས་ཤིང་ཆེན་པོས་མནན་བཞིན་དུ་སྤྱོད་བེད་པ་དང་། རྩ་  
 ལ་བྱག་པ་ཤུག་ནས་འཐེན་རྒྱ་པར་བཞག་བྱག་པ་འབྲུགས་པ་ཅམ་ཡང་རང་ཅག་གིས་  
 བཟོད་པར་ཨིའདུག གསོད་ལྷགས་ཀྱང་མགོ་འབྲེག་པ་དང་། ཐག་པས་བསྐྱམས་  
 བསྐྱེས་གསོད་པ་དང་། སྤུལ་སྤྱང་རྒྱབ་ནས་གསོད་པ་སོགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མས་  
 གསོད་པར་བྱེད་པ་དང་། རི་དྲགས་ནམས་ནི་རྩོན་པ་སོགས་མི་ཡོང་ངམ་སྐྱམ་ནས་  
 སེམས་འཇིགས་ཡེ་རེ་བས་ཆོག་སྤྱུང་དུ་རེས་ཀྱང་གཉིད་སད་འགྲོ་བ་དང་། ཉག་  
 དུ་འཇིགས་པ་ལ་བརྟག་ནས་ན་བ་ཀྱོང་ངར་སྤྱོད་པ་སོགས་ཡིན། དེ་དག་ནི་ཁ་ཐོར་  
 བའི་དུད་འགྲོ་དང་། དུད་འགྲོ་བྱིངས་ནི་མཐའི་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་ཡོད་ལ། དེར་རྒྱ་  
 སྒྲིན་འཛིན་བྲི་ན་གྱི་ཉ་མིད་དང་གསུམ་ཡོད། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚོའི་ནང་དུ་སྟོག་ཆགས་  
 གནས་ས་འཛིང་རིམ་པ་གཉིས་དང་འོག་དུ་གཉིང་ངོ་ཐོག་དེ་དང་གསུམ་ཡོད་པའི་  
 དང་པོ་ལ་ཐུག་གི་བར་དཔག་ཆད་ནི་བྲི་དང་། དེ་ནས་འོག་མ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་  
 དཔག་ཆད་ནི་བྲི་ལྟ་སྟོང་ལྟ་སྟོང་ཡོད། དེའི་དང་པོ་ལ་རྒྱ་སྒྲིན་ཉའི་རིགས་ཅན་ལུས་



ལ་དཔག་ཚད་བདུན་བརྒྱ་ཡོད་པ་དང་། དེའི་འོག་མ་ལ་ཚུ་སྟོན་ཉའི་རིགས་དེ་ཡང་  
 བྱུར་མིད་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཚུ་སྟོན་ཉ་མིད་བྱ་བ་ལུས་ལ་དཔག་ཚད་སྟོང་དང་བཞི་བརྒྱ་  
 ཡོད་པ་དང་། གཏིང་ངོ་ཐོག་ཏུ་ཉ་མིད་དེ་ཡང་བྱུར་མིད་བྱེད་ཐུབ་པའི་ཚུ་སྟོན་ཉ་  
 མིད་མིད་པ་བྱ་བ་ལུས་དཔག་ཚད་ཉིས་སྟོང་ཆེག་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཡོད་ལ། དེ་དག་གི་  
 འོག་ཏུ་དུད་འགྲོ་རྒྱུ་བ་མང་པོ་ཞོན་ནས་དབུགས་ཀྱང་གཏོང་མི་ཐུབ་པའི་སྐྱག་  
 བསལ་དང་། ཚུ་སྟོན་དེ་དག་རྒྱུན་དུ་ཁ་གདངས་ནས་སྟོན་པས་ཁའི་ནང་དུ་བྱ་བྱེད་  
 སྐྱགས་མང་པོའི་ཚང་བསགས་ནས་སྐབས་ཤིག་ན་དེས་ཁ་བཅུ་མ་པ་ན། དེའི་ནང་  
 གི་སྟོན་ཆགས་ཐམས་ཅད་བསད་དེ་དེའི་ཐད་ཀྱི་རྒྱ་མཚོ་ཡང་ཁྲག་གིས་དམར་པོར་  
 འགྲོ་བ་དང་། ཡང་དུད་འགྲོ་རྒྱུ་བ་འགའ་ཞིག་ཤུགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་འགྲོ་ཐངས་  
 གཅིག་ལ་ཚུ་སྟོན་དེའི་ལུས་དཔག་ཚད་གཉིས་རེ་ཙམ་ཤུག་ནས་སོང་བས་ཚུ་སྟོན་དེའི་  
 ལུས་ལ་ན་ཚ་དྲག་པོ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུང་བ་འབྱུང་བ་སྐྱགས་དང་། དེ་དག་ཆེ་རིང་བ་  
 རྣམས་ཀྱི་བསྐྱལ་ཆེན་གཅིག་ཐུབ་ཅིང་གཞན་ནི་ངེས་པ་མེད་གསུངས། ཡི་དྲགས་ནི་  
 ཁ་སྐྱོམ་ནས་རྒྱུན་དུ་ལྷུས་ལྷག་པར་བྱེད་པ་ལ། དེ་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཟས་སྐྱོམ་ལ་  
 བྱེད་ཐུབ་པ་ཡོད་པ་ནི་ཚུ་སྐྱགས་མཐོང་ནས་བྱིན་པ་ན་རལ་གྱི་སྐྱགས་བཟུང་བའི་  
 རྒྱུས་བྱས་བཀག་ནས་སྟོན་ཅིང་ཚུ་ཡང་རྟག་ཁྲག་ཏུ་མཐོང་བ་དང་། ཁ་ཤས་རྒྱ་མི་  
 མཐོང་བ་ཡང་ཡོད། ཟས་སྐྱོམ་ལ་ནང་གི་སྐྱབ་པ་ཡོད་པ་ནི། ཁ་ཁབ་མིག་ཙམ།  
 ལྷ་བ་དང་གསུམ་བྱིམ་ཆེ་བས་ཟས་སྐྱོམ་བྱུང་ཡང་ཁ་ནས་མི་ཐར། ཁ་ནས་ཐར་ཡང་  
 མགོན་པའི་ནང་དུ་བརྒྱག་འགྲོ་ཞིང་སྟོ་བ་ཡང་མི་ཁེངས། ཟས་སྐྱོམ་ཉིད་ལ་སྐྱབ་པ་  
 ཡོད་པ་ནི། བཟུང་བཏུང་ཐམས་ཅད་མི་འབར་ནས་ཆེག་པ་དང་། ཁ་ཅིག་ནི་མི་  
 གཙང་བ་ཁོ་ན་བཟུང་བ་དང་། ཁ་ཅིག་ནི་རང་གི་ཤ་བཙང་ནས་བཟུང་། གཙང་མ་དང་  
 བཟུང་པོའི་བཟུང་བཏུང་སྟོན་མི་རུས། ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་ནི་གླིང་འདྲིའི་དཔག་  
 ཚད་ལྷ་བརྒྱའི་འོག་ཏུ་ཡོད་པར་གསུངས། ཆོ་ཆད་ནི། མིའི་ལྷ་བ་གཅིག་ལ་ཞག་



གཅིག་དུ་བྱས་ནས་ཅིས་པའི་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་བྱུང་པ་དང་། ལྷ་སྟོང་བྱུང་པ་དང་། བྱི་ཆོ་  
 བྱུང་པ་ཡོད། ངན་སོང་དེ་དག་དུ་སྦྱི་བའི་རྒྱ་ནི། གཙོ་ཆེ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 ལོག་ལྷས་གང་དམུལ། ཞེ་སྤང་གིས་ཆ་དམུལ། ཡང་དག་པའི་ལྷ་བ་མ་ཉམས་ཀྱང་  
 འདུལ་བ་ནས་བཤད་པའི་སྦྱོད་པའི་ཆ་ཉམས་པས་དུད་འགྲོར་སྦྱི་བར་བཤད་པ་དང་།  
 མི་དགེ་བ་ཆེན་པོས་དམུལ་བ། འབྲིང་གི་ཡི་དྲགས། རྒྱུད་དུས་དུད་འགྲོར་སྦྱི་བར་  
 བཤད་པ་དང་། འདོད་ཆགས་ཀྱིས་ཡི་དྲགས། ཞེ་སྤང་གིས་དམུལ་བ། གཏི་ཕྱག་  
 དང་མ་གུས་པས་དུད་འགྲོར་སྦྱི་བར་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། ཡང་མདོ་དྲན་  
 པ་ཉེར་བཞག་ མི་ལོ་བརྒྱལ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྒྲ་བར་བྱས་ནས་ཅིས་པའི་རང་ལོ་ལྷ་བརྒྱ་  
 ཡི་དྲགས་ཀྱི་ཆོ་ཆད་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ལྟར་ངན་འགྲོའི་སྒྱུག་བསྐལ་བསྐྱམས་པའི་  
 ཆོ་ལམ་རིམ་འདིར་ད་ལྟ་མེ་མ་ཐུར་དུ་ལག་པ་བརྒྱག་ནས་ཞག་གཅིག་སྟོང་པ་དང་།  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་འདི་སྟོ་ལ་ཟིན་ནས་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བསྐྱམས་  
 བྱས་འཇིགས་ཤིང་སྒྱུག་པའི་སྟོ་སྦྱིས་པ་ན་སྦྱབས་འཆོལ་བར་བྱེད་དེ། སྦྱོད་འཇུག་  
 ལས། བྱེད་ཤ་ཐོན་པའི་སྤང་མིག་གིས། ། སྦྱགས་བཞིར་སྦྱབས་དག་འཆོལ་བར་  
 བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད། ཡང་ངན་འགྲོའི་སྒྱུག་བསྐལ་སྐྱམས་པའི་ཆོ་སྤར་  
 རྒྱུད་བ་ཉ་ཕྱག་བས་མཛད་རྒྱལ་ཞུས་པ་དང་། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཆོས་ན་བཟའ་  
 མེད་པར་ཕྱབ་མའི་གསེབ་དུ་བཞུགས་པ་དང་། སྤམ་བྱམས་པས་དབྱར་ཆ་དམུལ་  
 སྐྱམས་སར་བྲག་ཕྱག་ཤིན་དུ་ཆ་བ་དང་། དགུན་གང་དམུལ་སྐྱམས་སར་བྲག་ཕྱག་ཤིན་  
 དུ་གང་བ་ཕྱར་བུ་ཕྱོག་དུ་ཡོད་པས་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་གསུངས། ད་ལྟ་ཉེན་  
 བཟང་བས་དེ་ལྟར་བསམས་ན་སྤར་བསགས་སྦྱོང་བ་དང་ཕྱི་མ་ལ་འཇུག་པ་ཁྱུང་དུ་  
 འགྲོ་ཞིང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། ཉེན་བཟང་འདི་འདྲ་ཐོབ་དུས་དེ་ལྟར་བསམས་ན་  
 རྟོག་པ་སྤར་བསགས་སྦྱོང་ཞིང་གསར་བ་ཁྱུང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དགེ་བ་སྤར་



བསགས་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་ཁ་བསྐྱར་ནས་མང་པོར་སྤེལ་བ་དང་། གསར་པ་མང་པོ་ལ་  
འབྲུག་པ་འབྲུང་བས་ཉི་མ་རེ་རེ་ལ་ཡང་དལ་འབྱོར་དོན་ལྡན་དུ་བྱེད་རྒྱ་མང་པོ་ཡོད་  
གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་བཅུ་བདུན་པ།

ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྤྲུལ་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་  
བའི་རྟེན་བཟང་འདི། ། མེན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེན་མེས་གྱུར་ནས། ། ཉིན་  
མཆན་ཀུན་ཏུ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་སྒྲོ། ། རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྦྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་  
སྦྲོབས། ། ལུས་སྒྲིག་གཡོ་བ་རྒྱུ་ཡིས་རྒྱ་བུར་བཞིན། ། རྒྱར་ཏུ་འཇིག་པའི་འཆི་བ་  
བྲན་པ་དང་། ། མི་བའི་རྗེས་སུ་ལུས་དང་གི་བ་མ་བཞིན། ། དཀར་ནག་ལས་  
འབྲས་བྱི་བཞིན་འབྲང་བ་ལ། ། དེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཉེས་པའི་ཆོགས། ། སྤ་  
ཞིང་སྤ་བ་རྣམས་ཀྱང་སྤང་བ་དང་། ། དགེ་ཆོགས་མཐའ་དག་སྦྱབ་པ་བྱེད་པ་  
ལ། ། ཉག་ཏུ་བག་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྦྲོབས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་  
འདྲན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་དང་། ལུང་པོ་བརྗེས་ནས་ངན་  
འགྲོའི་སྤྱག་བསྐལ་སྦྱང་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་དོན་ཏུ་དེད་རང་གིས་སྦྱང་དགོས་པར་  
སྤང་སྒྲུལ་ཏུ་བསམས་ནས། ཡང་ལུང་པོ་བརྗེས་པས་སྦྱོན་མེད་དོ་སྒྲུལ་ན། འོ་ན་ཁ་  
སང་གི་ལུང་པོ་ཡང་དེ་རིང་བརྗེས་ཟིན་པས་དེ་རིང་སྤྱག་བསྐལ་མི་སྦྱང་བའི་ཕྱིར་ཁ་  
སང་བཙོན་པ་དོན་མེད་པར་འགྱུར་བའི་སྦྱོན་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་རྣམ་འབྲེལ་ལས།  
འབྲེལ་ཕྱིར་སྦྲོང་གི་ཐ་དད་བཞིན། ། ཞེས་པའི་སྐབས་འདྲ་བ་གཞན་འབྲུང་གི་  
འདུས་བྱས་ཉག་པར་འབྲེལ་པ་འགོག་པ་ཡིན་པས་རིགས་པ་དེ་ལ་འབད་དགོས།  
ངན་སང་གི་སྤྱག་བསྐལ་བསྒྲུལ་པའི་ཆོ་ཀུན་དཀའ་བོའི་ཆོ་བོ་གཉིས་འདྲ་བ་དགོས་  
ཏེ། དེ་གཉིས་རབ་ཏུ་བྱུང་ནས་བྱ་བ་མ་ཡིན་པ་ལ་འཇུག་ཅིང་ཆོས་ལ་བཙོན་འགྲུས་  
མ་བྱས་པས། མོ་ཏུ་འགལ་གྱི་བྱས་སྦྱོ་གསང་ལ་འབྲིད། དེ་ཅི་དགར་བཞག་པ་ན་  
སྤྱགས་ཞིག་ཏུ་ཏུ་བའི་སྒྲོ་སྒྲིགས་མང་པོ་ཞིག་ཐོས་ནས། དེ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟ་བར་



ཕྱིན་པས་ཆ་བ་དང་རབ་དུ་ཆ་བའི་དམུལ་བ་ཆེན་པོ་འཇིགས་སུ་རུང་བ་མཐོང་ཞིང་།  
 དེར་ལྷགས་ཟངས་བསྐྱེད་པ་སྟོང་པ་ཞིག་འདུག་པ་ཅི་ཡིན་དྲིས་པས་འདི་ཀྱན་དགའ་  
 པོའི་ཆ་བོ་གཉིས་ཞེས་བྱ་བ་རབ་དུ་བྱུང་ནས་བཙོན་འགྲུས་མི་ཚྭ་པར་ཡོད་པ་  
 འདིར་སྐྱེ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱི་སྔོན་ས་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་དེ་གཉིས་ཤིན་དུ་འཇིགས་ནས་ད་ལྟ་  
 རང་བཅུག་མི་ཡོང་ངམ་སྟུམ་པའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་ཕྱི་བལྟས་ཅམ་ཡང་བལྟ་ལོང་མེད་  
 པར་བྱོས་ནས་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བུའི་སར་ཡོངས་ཏེ་བཙོན་གྲུས་ཚྭ་པར་བྱེད་ཅིང་།  
 ཟས་མ་ཟོས་གོང་དུ་དམུལ་བ་དེ་དྲན་ན་ཟས་ཟ་མི་བྱུང་། ཟོས་ཟེན་པའི་ཆེ་དྲན་ན་  
 རྒྱགས་པར་བྱེད། དེ་ནས་ཡང་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བུས་དེ་གཉིས་སྟོན་གསེང་ལ་བྲིད་པ་ན།  
 རྒྱགས་ཞིག་དུ་པི་མང་དང་གླིང་བྱ་སྟགས་ཀྱི་སྐྱ་ཐོས་ནས་བལྟར་ཕྱིན་པས། ལྟའི་བྱ་  
 མེད་པའི་བྱ་མོ་མང་པོ་མཐོང་བ་ལ་ཅི་ཡིན་དྲིས་པས། ཀྱན་དགའ་པོའི་ཆ་བོ་གཉིས་  
 རབ་དུ་བྱུང་ནས་བཙོན་འགྲུས་ཚྭ་པས་འདིར་སྐྱེ་བ་ཡིན་ཟེར། དེ་གཉིས་ཀྱིས་དེ་  
 ཐོས་པ་དང་དགའ་བ་ཞིན་དུ་བཙོན་འགྲུས་ཚྭ་པ་ལ་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བུས་ལུང་མང་པོ་  
 གྲགས་པས། འོ་ན་ལྟ་ཡུལ་ནས་སྒར་ཡང་མར་སྐྱེད་གོས་སམ་ཟེར་བ་ལ། འཁོར་བ་  
 འདིར་ཡར་འཁོར་མར་འཁོར་བྱས་ནས་སྔོན་པ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་པས། དེ་གཉིས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་འཁོར་བ་ལ་སྟོང་པོ་མེད་པར་མཐོང་ནས་བཙོན་འགྲུས་ཚྭ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 དགོས་པ་ཡིན། ཡང་འགའ་ཞིག་གི་བདག་ཤི་བ་ནི་གཟོད་ཟེར་བ་ཡོད་དེ། དེ་ནི་ཕྱི་  
 མ་མ་བསམས་པའི་སྐྱོན་ཡིན་གསུང་། སྟག་བཤལ་མ་བསྐྱེད་ན་ངེས་འབྱུང་མི་  
 འབྱུང་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ། རྗེ་རིན་པོ་ཆེ་ལ་རྗེ་བཙུན་འཇམ་དཔལ་དབྱངས་ཀྱིས་རེ་  
 ཤིག་བསྐྱེད་རིམ་དང་རྗེ་གསེང་རིམ་སྟགས་ཟབ་ཟེར་བ་ནམས་སྤྱད་ཀྱིས་བཞག ངེས་  
 འབྱུང་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་རྟོག་སྟོན་བཞིས། ངེས་འབྱུང་ཡོད་ན་ཐར་པའི་  
 རྒྱུ་དབང་མེད་དུ་འགོ་བས་གསུངས་པ་ལྟར། ངེས་འབྱུང་འདི་ཡོད་ན་ཐར་པའི་  
 རྒྱུ་ལ་མི་འགོ་དབང་མེད་ཡོང་། རྟོག་སྟོན་གྱི་དོན་ནི། ཁམས་པ་ལུང་པས་ལུ་གེ་



བྱང་ཅན་ཐམས་ཅད་ནས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་ཀོར་ཀོར་ཡོང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐམས་ཅད་  
 དེའི་སྤྱིང་དུ་འབབ་པ་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས་གསུངས་ནས་མཆོམས་འདིར་ཁ་སང་གི་  
 བསྐྱར་བཤད་སྤྱི་དང་། འོག་འཆོ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་ན་རོ་ཐུགས་ཀྱི་འདམ་དང་ཆུ་ལྷང་  
 རབ་མེད་སོགས་སྤྱི་བ་ཡིན། དགེ་འདུན་གྱི་མེ་ཁང་སོགས་སྤྱི་ལོངས་སྤྱོད་ན་མེ་མ་  
 ལུང་གྱི་འོབས་སྤྱི་བ་ཡིན། ཡང་དགེ་སྤྱོད་ལྟས་བྱིན་དཔུལ་བར་ལྷང་དུ་ཉེ་བ་ན་ཆ་  
 བའི་སྤྱང་བ་ཆེན་པོ་བྱང་ནས་ཆོའི་རབ་དུ་ཆོའི་ཁྱོད་ཀྱིས་ར་མདའ་བགྱིས་ཤིག་ཅེས་  
 ཀུན་དགའ་བོ་ལ་བོས་པས། ཀུན་དགའ་བོས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་ཞིག་  
 ཅེས་གསུངས་པར་བརྟེན་ལྟས་བྱིན་གྱིས་ཀྱང་སྐྱབས་འགོ་བྱས། དེ་ནས་མོ་འུ་འགལ་  
 གྱི་བྱ་དཔུལ་བར་ཕེབས་སྐབས་ལྟས་བྱིན་ལ་ཁྱོད་སངས་རྒྱས་ལ་ཡིད་ཆེས་སམ་  
 གསུངས་པས། སྤྱིང་ཁོང་རུས་པའི་གཏིང་ནས་ཡིད་ཆེས་སོ་ཟེར་བ་ལ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་མ་འོངས་པ་ན་རང་སངས་རྒྱས་སྤྱིང་ཁོང་རུས་པ་ཞེས་བྱ་བར་འགྱུར་བར་  
 ལྷང་བསྟན་པ་ཡིན། རང་ཅག་དཔུལ་བར་སོང་ན་སྤྱག་བསྐུལ་སྤྱོད་ནས་བསྐུལ་པར་  
 སྤྱོད་རྒྱུ་ཡིན་གསུངས། ཡང་དཔུལ་བའི་མེའི་ཆ་བྱང་ནི། མོ་འུ་འགལ་གྱི་བྱ་དང་  
 ལྷ་རིའི་བྱ་གཉིས་ཀྱི་དཔུལ་བའི་མེ་དོག་ཞིག་བསྐྱམས་ནས་ཕེབས་པས་འཇམ་བུ་སྤྱིང་  
 གི་མེ་ཐམས་ཅད་ལུས་ཚུ་ཞིང་གཉིད་ལྷོ་བ་ལྟར་རད་རོད་དུ་གྱུར་པ་བཅོམ་ལུན་  
 འདས་ལ་ཁྱུས་པས། བཅོམ་ལུན་འདས་ཀྱིས་མཆོག་བྱང་ལ་མེ་དོག་དེ་གསོད་པར་  
 བཀའ་གནང་ནས་ཁོང་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་མེ་དོག་དེ་མེད་པར་མཛད་པས་ཐམས་ཅད་  
 ཁམས་སང་པ་བྱུང་། དེ་ཡང་འདི་ཁའི་མེ་པལ་པ་གཞན་ལས་ཆེར་མའི་མེ་ཆ། དེ་  
 ལས་ཅན་དན་གྱི་མེ་ཆ། དེ་ལས་བསྐུལ་བའི་མེ་འབྲུམ་འགྱུར་གྱིས་ཆ། དེ་ལས་  
 དཔུལ་བའི་བདུན་འགྱུར་གྱི་ཆ་བ་ཡིན། ཡང་བདག་གི་མཁན་རིན་པོ་ཆེ་སྐྱབས་  
 མགོན་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་གར་རྩྭ་རྒྱུད་དུ་ཆད་པ་ཆེ་བ་དང་། བྱང་འདི་ཆོར་གྲང་  
 ངར་ཆེ་བ་ཡང་དཔུལ་བ་ཆད་པུལ་གྲང་དཔུལ་སོ་སོའི་ངད་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་གསུང་གི་



221



ཚལ་སྒྲིགས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡང་གསུངས་ཀྱང་། དེ་དག་ནི་རིན་གསེལ་ཚལ་སྒྲིགས་ཀྱིས་གནས་སྐབས་འཇིགས་པ་རྒྱུད་དུ་འགའ་ཞིག་ལས་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་མཚོ་གྱིས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་མ་གཏོགས་ཆོག་སྒྲིའི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་པ་མིན་པས་བསྟན་བཅོས་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་ཞུགས་ན་མ་གཏོགས་མདོ་ལ་རང་སྐྱབས་ཀྱིས་འདུག་མི་ཉན་ཟེར་བའི་རྒྱ་མཚོ་དེ་ལྟར་ཡིན། སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཡུལ་ནི་བསྟོད་པ་བརྒྱ་ལྟ་བུ་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེས་པ་དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མི་མངའ་ཞིང་། དུས་དང་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་ཡོན་ཏན་མེད་ན་པར་བཞག་ཡོད་ཆད་ཐམས་ཅད་གང་ལ་གནས་པའི་གཞི་ལྟ་བུར་གྱུར་པ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པས། ང་རང་ལ་སྐྱབས་ཀྱི་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་པའི་སེམས་ཤིག་ཡོད་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ལ་ངག་གི་སྒྲོ་ནས་བསྟོད་པ་དང་། ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བཀྱར་ཉི་བྱེད་པ་དང་། ཡིད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དེའི་བསྟན་པ་ལ་གནས་པར་རིགས་སོ་ཞེས་པའི་ཚུལ་ལྟར་སངས་རྒྱས་དང་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་རྣམས་སྐྱབས་སུ་འགྲོའི་སུལ་དུ་འགྲོ་ཚུལ་ལྟར་ཞུས་པ་བཞིན་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་དེ་ལ་ཡིད་ཆེས་སྐྱེད་པ་སྐྱབ་དགོས། དེ་དག་ལ་སྐྱབས་སུ་སྤང་ནས་དེ་དག་གིས་སྐྱབ་ཚུལ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བྱིན་གྱིས་སྐྱབས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྐྱབ། ཆོས་ཀྱིས་དོན་ཉམས་སུ་བྱངས་པ་ལ་བཏེན་ནས་སྐྱབ། དགོ་འདུན་གྱིས་ནི་རང་ཉིད་འཕགས་པར་ནམ་གྱུར་པ་ན་སྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དེ་གསུམ་གྱིས་འཇིགས་པ་རེ་རེ་གཉིས་གཉིས་ཅམ་པས་སྐྱབ་པ་མིན་གྱི་འཇིགས་པ་ཡོད་ཆད་ལས་སྐྱབ་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ནི། རང་ཉིད་འཇིགས་པ་ལས་གྲོལ་བ། གཞན་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཐབས་ལ་མཁས་པ། ཀྱན་ལ་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཉེ་རིང་མེད་པར་འདུག་པ། ཕན་བཏགས་མ་བཏགས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པ་བཞིན་བསུས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་པས། དང་པོས་རྒྱས་པའི་ཡོན་ཏན་དང་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་



གཉིས་བཅུ་ན། གཉིས་པས་མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན། གསུམ་པས་བཙེ་བའི་ཡོན་ཏན་  
 ཏེ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུ་ན། བཞི་པས་དེ་ལྟ་བུའི་མཁུན་བཙེ་  
 རུས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྡན་པ་ཙམ་  
 དུ་ཡོང་བ་མ་ཟད། རང་ལ་པན་བཏགས་པ་དང་མ་བཏགས་པ་ཟེར་རྒྱ་མེད་པ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་མཛད་པ་སྟེ་དོན་དུ་མཛད་པ་འཕྱིན་ལས་བཅུན་པ་ཡིན་ཞིང་།  
 དང་པོས་རུས་པའི་ཡོན་ཏན་བཅུན་ཚུལ་ནི། རང་འཇིགས་པ་ཐམས་ཅད་ལས་གྲོལ་  
 ཟེན་པས་ན་གཞན་དེ་ལས་སྦྱོལ་བའི་རུས་པ་ཡོད་པར་འགྱུར་ཏེ། དེ་མིན་ན་འགྲེལ་  
 བས་འགྲེལ་བ་སྤྲོད་མི་རུས་པ་དང་འདྲ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་ནི། རྟོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། སངས་རྒྱས་དེ་ཉིད་གང་ནས་  
 གཤེགས་པའི་ལམ་བཟང་པོ་ཡིན་པས་རྒྱུ་ལྡན་ནས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། ལུང་གི་ཆོས་  
 ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་གསུངས་པས་འབྱུང་ཁུངས་བཟང་བའི་སྒྲི་  
 རས་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཆོས་  
 སྐྱབས་པའི་གྲོགས་སུ་ཡོད་ཆོས་པའི་ངེས་ཤེས་བསྐྱེད་དགོས། སྐྱབས་སུ་སོང་བ་དེ་ལ་  
 བཞེན་ནས་རང་སྐྱབས་པ་ལ་ཡང་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་ཕྱིའི་རྒྱ་མ་ཚང་བ་  
 མེད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་བསྐྱབས་ཟེན་ནས་ཡོད་ཀྱང་། བྱང་གི་རྒྱ་སྤོ་འགེལ་བ་མ་  
 བྱང་བས་ལེན་ནས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱབས་འགོའི་སྐྱབས་འདིར་ཡོད་ཆོས་  
 སྐྱབས་དགོས་པ། ཡོད་ཆོས་སྐྱབས་ལུགས་ཀྱང་དབང་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་འགྲེལ་ནས་སྟོན་པ་  
 ཚད་མའི་སྐྱེས་ལུང་བསྐྱབས་པའི་རིགས་པ་གསུངས་པ་རྣམས་ངེས་པར་བྱས་ནས་སྐྱབས་  
 དགོས། དེ་མིན་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་རྒྱས་ཀྱི་སྒྲི་རྣམས་སྐྱབས་དགོས། དེའི་ཚུལ་ནི། པོ་ཏྲོ་  
 བའི་དཔེ་ཆོས་ནས་འབྱུང་བ་འདི་ལྟ་སྟེ། སྟོན་ཏེ་གུ་སྒྲ་གོང་གི་ཆ་བོ་གད་པོ་ཞིག་གིས།  
 པོ་ཏྲོ་བས་ཟེར་བ་འདི་རྣམས་བདེན་མི་བདེན་པར་སངས་རྒྱས་ཟེར་བ་དེ་ཁ་བདེན་  
 མིན་ཅད་བཅད་ན་ཤེས་པར་སྤང་སྟེ་དེ་བདེན་ན་པོ་ཏྲོ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་



རང་ཟེར་བས་པོ་ཏྲོ་བ་ཡང་བདེན་པར་སྤང་། སངས་རྒྱས་ཟེར་བ་དེ་མ་བདེན་ན་པོ་  
 ཏྲོ་བ་ཡང་མི་བདེན་པར་སྤང་ཟེར་བ་ལ། སྐབས་ཤིག་པོ་ཏྲོ་བ་དང་རྟེ་གུ་སྤྲོ་གོང་གི་  
 ཆ་བོ་ཀླད་པོ་ཁོ་མཇལ་བས། ཁོས་བྱིད་ཀྱིས་ཟེར་བ་དེ་ནམས་སུ་འཇེས་སུ་འབྲང་  
 ཟེར། པོ་ཏྲོ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རྟེས་སུ་འབྲང་གསུངས་པས། ཁོས་སངས་རྒྱས་དེ་  
 ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་ཟེར་བ་ལ། འོ་ན་བྱིད་ཀྱིས་བྱ་བ་མང་པོ་དེ་ནམས་སུ་འཇེས་སུ་  
 འབྲང་གསུངས་པས། འདི་ང་རང་གི་པ་མ་བཟང་པོ་དང་བྱད་པར་མེས་པོ་རྟེ་གུ་སྤྲོ་  
 གོང་གི་རྟེས་སུ་འབྲང་ཟེར། འོ་ན་དེ་ཡོད་པར་ཅིས་ཤེས་གསུངས་པས། ཁོ་ན་རེ་  
 དེ་ངས་ཤེས་ཏེ་དེའི་བྱ་འདི་ཡིན། དེའི་བྱ་ང་རང་ཡིན། ཁོང་གིས་བྱས་པའི་ལག་  
 རྟེས་ད་དུང་ཡོད། ཁོང་མེད་ན་ང་ཡང་གང་ནས་ཡོང་ཟེར་བས། པོ་ཏྲོ་བས་སངས་  
 རྒྱས་བྱང་བ་ངས་ཤེས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྲས་བྱམས་མགོན་ཡིན་ཞེས་སྟགས་ལ་མ་  
 རིམ་སྤྲ་བརྒྱད་ལྟར་བཤད་ནས། དེའི་མཐར་ཐོག་པའི་བྱ་འབྲོམ་དགོ་བསྟེན་ཀླད་པོ་  
 དེ་ཡིན། དེའི་བྱ་མགོ་དམར་ང་ཡིན་ཞེས་ཞེས་གསུངས་ནས། དེར་མ་ཟད་སངས་  
 རྒྱས་དེའི་མཇེད་པ་ཡང་། དང་པོར་ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་དང་། ཡུམ་སྦྱ་མ་ལྟ་  
 མཛེས་ཀྱི་སྤྲས་སུ་སྦྱ་བལྟམས་རྒྱལ་ནས་བཟུང་སྟེ། ཆོས་ལ་གཤེགས་ལྷགས།  
 དཀའ་བ་སྦྱད་ལྷགས། བདུད་བདུལ་ནས་སངས་རྒྱས་ལྷགས། ཆོས་འཁོར་རིམ་པ་  
 གསུམ་བསྐྱར་ལྷགས་དང་བཅས་པ་རྒྱས་པར་གསུངས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་བྱང་  
 སེམས་དག་བཙུག་ནམས་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་མཆོད་རྟེན་དང་ལྟ་ཁང་ལྟ་ལ་སྟགས་  
 པའི་ལྷག་རྟེས་ད་དུང་ཡོད། སངས་རྒྱས་མེད་ན་དེ་ནམས་ག་ནས་ཡོང་གསུངས་  
 པས་ཁོ་ཡིད་ཆེས་པ་བྱང་བ་ལྟ་བུ་དགོས་གསུངས། གསུམ་པ་ལ་བཞི། ཡོན་ཏན་  
 ཤེས་པ་ཞེས་སྟགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་ཞེས་པས་སྐབས་གསུམ་སོ་སོའི་ཡོན་  
 ཏན་ཤེས་དགོས་པ་དང་། བྱད་པར་ཤེས་པ་ཞེས་པས་སྐབས་གསུམ་སོ་སོའི་ནང་  
 གསེས་ཀྱི་བྱད་པར་ཤེས་དགོས་པ་དང་། ཁས་སྤངས་པ་ཞེས་པས་སངས་རྒྱས་



སྐྱབས་སྟོན་པ་པོར་ཁས་བླངས། ཆོས་སྐྱབས་དངོས་སྤྱུ་ཁས་བླངས། དགེ་འདུན་  
 སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་གོགས་སྤྱུ་ཁས་བླངས་པ་ཞིག་དགོས་པ་དང་། གཞན་དུ་མི་སྤྱོད་པས་  
 སྐྱབས་སྤྱོད་བཞེས་པས་དེ་གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཞིག་སྐྱབས་གནས་  
 སྤྱུ་ཁས་མ་བླངས་པའི་སྟོན་སྒྲུལ་པོ་དེ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབས་སྤྱོད་དགོས་པར་བརྟན་  
 ཏེ་བཞི་པོ་འདིའི་ནང་དུ་སྐྱབས་འགོའི་ཉམས་ལེན་མདོར་བསྡུས་ཆང་ཡོད། དེ་ཡང་  
 སངས་རྒྱས་དྲན་པའི་ཆེ་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱད་པར་དུ་བྱས་ནས་མ་དྲན་ན་ཡོན་ཏན་དེ་ལ་  
 དམིགས་པའི་ཐོབ་འདོད་མི་འབྱུང་བས་སེམས་བསྐྱེད་དང་བྲལ། ཡོན་ཏན་དེ་ལ་  
 ཡིད་ཆེས་པའི་དད་པ་མི་འབྱུང་བས་སྐྱབས་འགོ་དང་ཡང་བྲལ་འགོ་བས་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 བྱད་པར་དུ་བྱས་པའི་སངས་རྒྱས་སོགས་ལ་དམིགས་ནས་སྐྱབས་འགོ་སྦྱང་དགོས།  
 དེ་ཡང་ནོར་བུ་སྦྱང་བ་ལྟར་སྦྱོན་མ་དད་པ་སྦྱང་བ་དང་། ཡོན་ཏན་དང་དད་པ་སྦྱང་  
 བ་གཉིས་ཡོད་པས། སྦྱོན་སྦྱང་བ་ནི་མ་དད་པ་སྦྱངས་ནས་མེད་པར་བྱེད་པའི་དོན་  
 དང་། ཡོན་ཏན་སྦྱང་བ་ནི་དད་པའི་སྦྱོ་སྦྱངས་ནས་གོམས་པར་བྱས་ཏེ་རྒྱུད་ལ་  
 བསྐྱེད་པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་རྒྱུད་སྤྱོད་མ་ལས། ཇི་ལྟར་བེད་རྒྱུར་ས་གཞི་གཙང་མ་  
 ལ། ། ལྟ་དབང་ལུས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་བ་ལྟར། ། དེ་བཞིན་འགོ་སེམས་ས་  
 གཞི་གཙང་མ་ལ། ། ཐུབ་པའི་དབང་པོའི་སྤྱོད་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་འཆར། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་དད་པའི་སེམས་གཙང་མ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་འཆར་  
 བ་ཡིན། ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་སྐྱབས་སྤྱོད་བཞེས་པའི་ཚུལ་འདིས་སྐྱབས་འགོ་སྦྱང་ལ་འཇལ་  
 བ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ནས་སྐྱབས་ལུལ་གསལ་འདེབས་པ་ལ་དེ་ཡང་སྤྱི་གཙུག་དུ་གསལ་  
 བཏབ་ན་འབྲེལ་ཆེ་ཞིང་། དེ་ལ་ཕུར་ཚུགས་གསོལ་འདེབས་བྱེད་དེ་ཕུར་ཚུགས་ཀྱི་  
 དོན་ནི་ལྷ་ཚུགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པས་བདག་གི་སྐྱབས་མཛད་མི་མཛད་བྱེད་རང་མཁུན་  
 ཞེས་ལྷ་ཚུགས་བྱེད་པའོ། དེ་ལྟར་སྤྱོད་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་ཆེ་མཆོན་དཔེ་ཡིད་  
 ལ་དྲན་པར་བྱེད་པ་ཡིན་གསུང་། དཔེ་ལ་བརྟན་པ་ལས་བྱེད་སྤྱོད་མཆོན་གྱིས་སྤྱོད་



གྱུར་པ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས། སངས་རྒྱས་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་མཚན་བཟང་གིས་སྤྱས་  
 པར་གྱུར་པ་ནི་ཉོན་ལྷན་གནམ་གཡེལ་དང་བྲལ་བ་ལ་སྐར་ཆོགས་ཀྱིས་སྤྱས་པ་དང་འདྲ།  
 ཐུབ་པ་ཁྱོད་ཀྱི་སྐྱེ་གསེར་གྱི་མདོག་དང་ལྷན་པ་ལ་ཆོས་གོས་སོགས་ཀྱིས་གཡོགས་པ་  
 ནི་གསེར་གྱི་རིའི་སྐྱེད་པ་ལ་མཚམས་སྤྲིན་གྱིས་དགྲིས་པ་དང་འདྲ། མགོན་པོ་ཁྱོད་  
 དབུ་རྒྱན་སྒྲན་རྒྱན་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་དང་མི་ལྷན་ཡང་ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་ཟླ་བ་ལྟར་རྒྱས་པ་དེ་  
 ཉུ་བུ་ནི་ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྲིན་དང་བྲལ་བ་ལ་ཡང་མ་མཆིས་སོ། ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་  
 མཆུ་ནི་མེ་ཏོག་པར་དང་འདྲ་བས་པར་ལ་དགའ་བའི་བྱང་བ་རྣམས་པར་དངོས་དང་  
 ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་མཆུ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་པར་དེ་གང་ཡིན་སྟུང་ནས་ཐེ་ཆོམ་སྤྲིས་ནས་  
 བཟུང་འདུག་ཅེས་པ་དང་། ཁྱོད་ཀྱི་ཞལ་གསེར་གྱི་མདོག་དང་ལྷན་པའི་ནང་དུ་  
 ཆོམས་དཀར་ཞིང་དྲི་མ་མེད་པ་བཞི་བརྒྱ་ཐམ་པས་མཛེས་པ་ནི་གསེར་གྱི་རི་བོའི་  
 གསེབ་དུ་ཉོན་ཀའི་ཟླ་བེར་དྲི་མ་མེད་པ་ཞུགས་པ་དང་འདྲ། མཆོད་པ་བྱ་བའི་འོས་  
 སུ་གྱུར་པ་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱག་གཡས་ས་གནོན་གྱི་ཕྱག་མཐིལ་ནས་འཁོར་ལོའི་མཚན་གྱིས་  
 མཛེས་པར་གྱུར་པ་ནི་འཁོར་བས་སྐྱག་པའི་མི་རྣམས་ལ་དབུགས་འབྱེན་པར་མཛད་  
 པ་ལགས། ཐུབ་པ་ཁྱོད་གཤེགས་པར་གྱུར་པའི་ཆེ་ཞབས་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་སྐྱུམ་འབྱེལ་  
 བ་པར་འདྲ་བས་ས་གཞི་མཛེས་པ་ནི་བཞོས་མཁས་དང་བྱིས་པ་མཁས་པས་བཞོས་  
 ཤིང་བྱིས་ཀྱང་མཛེས་ཁྱད་འདི་ཉུ་བུ་ཐོན་པ་མི་འདུག་ཅེས་པ་ལྟར་བྱན་དགོས་ཤིང་།  
 སློབ་གཉེར་བ་ལ་སོགས་པས་ནི་བསྟོད་སྤྲིན་རྒྱ་མཆོ་བཏོན་ནས་བྱན་པར་བྱེད་པ་ཤིན་  
 ཏུ་གལ་ཆེ། གསུང་གི་ཡོན་ཏན་ནི་ཉུ་ཡི་སྐད་དང་ལྷ་དང་གནོད་སྤྲིན་སྐད་ཅེས་  
 སོགས་དང་གསུང་ཅིག་ཉིད་དུ་གསུང་རྒྱུར་ཀྱང་། དུ་མ་ཉིད་དུ་སོ་སོར་གོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དུས་གཅིག་དུ་དྲི་མ་མི་འདྲ་རེ་རེ་ནས་  
 ཞུས་ཀྱང་དེ་དག་ཐུགས་ལ་བརྟེན་པ་མེད་པར་བཟུང་ནས་གསུང་གཅིག་གིས་སོ་སོར་  
 སྐད་དང་མཐུན་པར་གོ་བྱས་པ་དང་དེ་ཅུ་མ་ཟད་གསུང་གཅིག་པོ་དེ་གས་དྲི་བ་



སོ་སོའི་ལན་ཡང་མ་འདྲེས་པར་སྟོན་པའི་གསུང་གི་ཁྱད་ཆོས་སྤྲོད་མེད་པ་དང་ལྷན་  
 པ་སྟེ་འདི་ལ་ནི་དྲི་བ་ཀུན་ལན་ཐེབས་པ་ཞེས་བྱ། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་  
 ལྷན་པའི་དྲི་བའི་ཆོག་དོན་དང་པོར་བྱུགས་ཀྱིས་མཁུན་པའི་ཤེས་རབ་དང་དེ་ཉིད་མི་  
 བརྗེད་པར་འཛིན་པའི་དྲན་པ་གཉིས་ནི་གཟུངས་ཡིན་ལ། དེ་ལ་སོ་སོར་ལན་  
 འདེབས་མཁུན་པའི་ཤེས་རབ་དང་དེ་མི་བརྗེད་པར་འཛིན་པའི་དྲན་པ་གཉིས་ནི་  
 སྤྱབས་པ་ཡིན་སྟེ། དེ་གཉིས་ནི་གཞན་དོན་བྱེད་པའི་ཡན་ལག་དུ་ངེས་པར་གལ་ཆེ་  
 བ་ཡིན། གཞན་ཡང་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཡིད་འཕྱོག་བྱེད། ཅེས་སོགས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་སྟོ་རབ་འབྲིང་ཐ་གསུམ་སོ་སོའི་སྟོ་དང་འཆམས་པར་འདུག་པ་དང་།  
 གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་མདོ་ལས་དུག་གསུམ་ནི་བར་བྱེད་པ་གསུམ་དང་།  
 བདུད་ཚར་གཙོད་པ་སྟེ་གསུང་གི་ཡོན་ཏན་བཞི་གསུངས་ཀྱང་མདོར་བསྡུས་ན་སྟོ་  
 རབ་འབྲིང་ཐ་མ་གསུམ་ཀའི་སྟོ་དང་འཆམས་པར་སྟོན་པ། དྲི་བ་ཀུན་དག་ཐེབས་  
 པ། ཉན་མོངས་ཚར་གཙོད་པ་སྟེ་གསུམ་དུ་འདུ། མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི། ཤེས་  
 བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ལག་མཐིལ་དུ་སྐྱུ་རུ་ར་བཞག་པ་ལྟར་གཟིགས་པ་ཡིན། ལག་  
 མཐིལ་དུ་སྐྱུ་རུ་ར་བཞག་པ་དཔེར་མཛད་པ་ནི་སྦྱོར་གཟུགས་ཅན་གྱི་དངོས་པོ་ལ་  
 མིག་ཅན་གྱིས་བལྟས་པ་ན་གསལ་བར་མཐོང་བ་དཔེར་མཛད་པ་ཡང་ཡིན་མོད།  
 འོན་ཀྱང་མདོ་ལས་སྐྱུ་རུ་ར་སྟོན་པ་ལག་མཐིལ་དུ་བཞག་ན་ལག་པའི་རི་མོ་ཡང་མི་  
 སྤྱབས་པར་མཐོང་བ་ཡིན་ཞེས་སྐྱུ་རུ་སྟོན་པ་གཙོ་བོར་གསུངས་པ་ཡང་འདུག གང་  
 ལྟར་ཀྱང་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་མཁུན་པས་བྱབ་པ་ཡིན་ལ་སེམས་ཅན་རྣམས་  
 ནི་ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་རྒྱ་ཆེ་ཡང་ཤེས་བྱ་ལྷག་ནས་སྟོན་པ་མ་གཏོགས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་  
 ལ་བྱབ་པ་མེད་ཅིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཁྱོད་ཀྱིས་དུས་གསུམ་གང་རུང་དུ་  
 གཏོགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྲུང་གནས་ཏེ་རྒྱུའི་མིང་ཡིན་ཅིང་རྒྱ་ལ་  
 ཡང་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་དང་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་བུམ་པ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་



འཇིགས་པ་སྐྱེས་པ་རྣམས་ཀྱི་སྤྱི་དབང་གི་རྒྱ་དང་ཉོ་ལྷན་འབས་ཁུལ་ཆུ་སྤྱོད་ཀྱི་དོན་  
 བྱེད་ནུས་པ་ཤེས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བུམ་པ་ཤེས་པར་འགྱུར་བས་བུམ་པའི་ཤེས་བྱེད་  
 ཀྱི་རྒྱ་དེ་འཇོག་ལ་དེ་ལྟར་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་འབྱུང་གནས་ཤེས་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་སྟེ་  
 མཚན་ཉིད་ཐམས་ཅད་ཐུག་མཐིལ་དུ་སྐྱུ་རུ་ར་བཞག་པ་ལྟར་ཐུགས་ཀྱི་སྤྱོད་ཡུལ་དུ་  
 གྱུར་པ་དང་། ཡང་གཡོ་བ་བཅུད་ཀྱི་སེམས་ཅན་དང་། མི་གཡོ་བ་སྤྱོད་ཀྱི་འཇིག་  
 ཉེན་དང་བཅས་པའི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་མཁའ་ལ་རྒྱང་རྒྱ་བ་ན་གང་ལ་ཡང་མ་  
 ཐོགས་པར་འགྲོ་བ་བཞིན་བྱེད་ཀྱི་ཐུགས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་འབྱུག་པ་  
 ཡིན་ཞེས་པ་དང་། བརྟེན་བའི་ཡོན་ཏན་ནི། སེམས་ཅན་ནམས་ཉེན་མོངས་ཀྱིས་  
 རང་དབང་མེད་པར་བཅིངས་པ་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་  
 ཉེན་མོངས་པའི་འཆིང་བ་ཐམས་ཅད་དགོལ་བའི་སྤྱད་དུ་ཡུན་རིང་པོ་ནས་ཐུགས་རྟེན་  
 ཆེན་པོས་བསྐྱམས་ནས་འདུག་པས་དང་པོར་བྱད་པར་ཅན་བྱེད་ལ་ཐུག་འཆལ་ལམ་  
 འོན་ཀྱང་འཁོར་བའི་སྐྱོན་མཁྱེན་བཞིན་དུ་གདུལ་བྱའི་དོན་ལ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་  
 འཁོར་བ་འདིར་བཞུགས་པར་མཛད་པའི་བྱེད་དང་ཐུགས་རྒྱད་གཅིག་པའི་བྱང་  
 སེམས་ཐུགས་རྟེན་ཅན་དེ་དག་ལ་ཐུག་འཆལ་ཞེས་པ་ལྟར་དུན་དགོས། འཕྲིན་ལས་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། རང་གི་ངོས་ནས་ལམ་ལ་བཀྱིར་རུང་ཕྱིན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་  
 ལས་དུས་ལས་མི་འདའ་བས་བྱིན་རྒྱབས་ཞུགས་ནས་ཡིད་ཅེ་ཆེས་དང་རྒྱད་ཅེ་དག་དུ་  
 འགྲོ། དེ་ལ་ངེས་ཤེས་རྟེན་པས་སྐྱབས་སུ་སོང་ནས་དེའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་སྒྲིབ་ཅམ་ཉིད་  
 ནས་ཅི་བྱས་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་སུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིང་ཡང་པོ་ཏྱ་བའི་  
 གསུང་ལས། འོ་སྒྲིལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ལ་མོ་མ་རྩོད་ཤོས་ཅམ་དུ་ཡང་མི་རྩོད་  
 མོ་མ་རྩོད་ཤོས་ཅིག་གིས་ད་ལོ་བྱེད་ལ་རྩལ་ཆགས་མེད་ཤེས་ཟེར་ན་བདེ་འཁོལ་གྱིས་  
 འགྲོ། དེ་ན་རེ་ད་ལོ་ཆགས་ཆེ་འདི་ཙུག་གིས་འདི་ཙུག་མ་བྱེད་ཟེར་ན་འབད་ནས་  
 སྐྱབ། མ་གྲུབ་ན་འདི་སྤྱད་ཟེར་བ་ངས་མ་གྲུབ་སྐྱམ་ནས་སྒྲོ་མི་བདེ་བ་བྱེད། སངས་



རྒྱུ་ཀྱིས་འདི་དང་འདི་གིས་འདི་དང་འདི་བསྐྱབ་པ་ཞེས་བཅས་པ་ལ། རྫོང་འགལ་  
 ལམ་མ་གྲུབ་ན་རྫོང་མི་བདེ་བ་འོང་ངམ། ཆོས་ནས་དེ་སྐད་བཤད་དེ་ད་ལྟ་ཡུལ་དུས་  
 ཀྱིས་དེ་ཙུག་མི་བདུབ་འདི་ཙུག་བྱེད་དགོས་ཟེར་ནས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་གསུང་རས་  
 སུ་བོར་ནས་རང་ཤེས་ཅིག་གིས་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡིན་གསུང་པའི་ཇི་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་  
 ཤིན་ཏུ་མད་པ་སྤང་ངོ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་མད་པ་ནི་བདེན་པའི་དོན་ཡིན་པས་ཤིན་ཏུ་  
 བདེན་ཞེས་པོ་ཏྲོ་བ་ལ་བདེན་ཁ་གནང་བ་ཡིན། ཆོས་ནས་དེ་འདྲ་བཤད་དེ་ཡུལ་  
 དུས་ཀྱིས་མི་ཡོང་ཟེར་བའི་སྒྲ་མའི་མིང་འཛིན་མང་པོ་ཡོད། དེ་ཆོ་ལས་གསུང་རྒྱ་  
 ཡིན། ཐམས་ཅད་ཡུལ་དུས་དང་བསྐྱེད་ཆོག་ན་ཡུལ་དུས་ཟེར་བ་ཡུལ་ཆོས་ཀྱི་དོན་  
 ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་ཡུས་ཆོས་དང་བསྐྱེད་ནས་བྱ་བ་བྱེད་ན་ཆོས་བསྐྱབ་ནས་ཅི་  
 བྱེད་གསུང་། ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསྒྲམ་པ་ལ་ཕན་ཡོན་བཞི་ཡོད་དེ།  
 ཡོན་ཏན་དེ་ལྟ་བུ་དང་ལྟ་བུ་པའི་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་དེ་བས་ཐོབ་ན་སྒྲམ་པའི་མངོན་འདོད་  
 ཀྱི་དད་པ་སྦྱེ་བ་དང་། ཉིན་མཆོན་ཀྱན་ཏུ་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་མཐོང་བའི་རྒྱར་འབྱུང་བ་  
 དང་། འཆི་བའི་དུས་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཇེས་སུ་བྱ་བ་བཞིན་དུ་འཆི་བ་དང་། སངས་རྒྱུ་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་ལ་ཡིད་ཆེས་ནས་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའོ། དེ་དག་ཀྱང་ཞོར་འབྱུང་གི་ཕན་  
 ཡོན་ཡིན་ཞིང་། དེའི་རྒྱ་མཆོན་ཡང་སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་སྒྲུ་འོད་གཞོན་ཅུར། བྱེད་ལ་  
 བསྒྲུ་ཞིང་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱ། ། ཇི་ལྟར་མི་དག་མང་དུ་རྟོག་བྱེད་པ། ། དེ་ལ་  
 གནས་པའི་རྟོག་པ་དེ་དག་གིས། ། དེ་བཞིན་དུ་ནི་དེ་ལ་སེམས་གཞོལ་འབྱུང་། །  
 ཞེས་སོགས་གསུངས། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། དེ་ལྟ་བུའི་ཡོན་ཏན་མཐའ་ཡས་པའི་  
 སངས་རྒྱུ་ཀྱིས་དེ་ཡང་ལུང་གི་ཆོས་ལ་ཐོས་བསམ་དང་། རྟོགས་པའི་ཆོས་སྦྱོར་སྤངས་  
 པའི་འགོག་བདེན་མངོན་དུ་བྱས་ཤིང་ཡོན་ཏན་སྐྱབ་པའི་ལམ་བདེན་བསྒྲམས་པ་  
 ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་ཆོས་ནི་ཡོན་ཏན་དེ་ལྟར་ཆེའོ་སྒྲམ་དུ་བསམ་པ་སྟེ། དེ་ཡང་  
 དགོ་སྤོང་དག་གམ་མཁས་ནམས་ཀྱི། ། བསྐྱེད་བཅད་བདར་བའི་གསེར་བཞིན་



དུ། ། ལེགས་པར་བརྟག་ལ་ང་ཡིས་བཀའ། ། སྤང་བར་བྱ་ཡིས་གུས་ཕྱིར་མིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་དང་མི་འགལ་ཏེ། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསུང་ལ་དྲང་ངེས་ཀྱི་  
 བརྟག་དཔྱད་མ་བྱས་པར་སངས་རྒྱས་ལ་གུས་པ་ཙམ་རྒྱ་མཚོན་དུ་བྱས་ནས་རང་  
 སྟོབས་ཀྱིས་འཇུག་མི་རུང་བའི་དོན་ཡིན། དགོ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི། འཕགས་  
 པའི་གང་ཟག་རྣམས་ཡོན་ཏན་དེ་ཉི་ཤུ་བྱ་དང་ལྔ་ན་པའི་ཆོས་དེ་ཆུལ་བཞིན་དུ་སྐབ་  
 པར་མཛད་པའི་སྒྲོན་ནས་ཆོས་ཀྱི་བདག་པོ་འམ་མཛོད་ཉི་ཤུ་ཡིན་ཏེ། སོ་ཐར་གྱི་མདོ་  
 ལས། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་བསྐྱབ་གཞི་དཀོན་མཆོག་མཛོད། ། འཕགས་པའི་  
 ཆོགས་ཞེས་གསུངས་པ་ཉམས་ཡིན། བྱད་པར་ཤེས་པ་ལ་བསྐྱབ་བ་ནས་འབྱུང་བ་ཉམས་  
 གྱིད་ཀོན་མཆོག་གསུམ་ནང་པན་ཚུན་གྱི་བྱད་པར་ཤེས་དགོས་པས་དེ་ལ་བྱུག་ལས།  
 དང་པོ་མཚན་ཉིད་ལས་གྱུར་པའི་བྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ནི་མདོན་པར་རྫོགས་  
 པར་བྱང་ཆུབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན། ལྷུང་གི་ཆོས་ནི་སངས་རྒྱས་དཔེ་གསུང་ལས་  
 བྱང་བས་དཔེ་འབྲས་བྱ། དགོ་འདུན་ནི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་ཡང་དག་པར་  
 སྐབ་པའི་མཚན་ཉིད་ཅན་ཉི་འདིས་ནི་ངོ་བོའི་བྱད་པར་བཟུང་། གཉིས་པ་འཕྲིན་  
 ལས་ཀྱི་བྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་གསུངས་པའི་སྒྲོན་ནས་གདུལ་བྱ་ལ་  
 འཕྲིན་ལས་མཛད་དེ། ཐུབ་རྣམས་སྤྱི་པ་རྒྱ་ཡིས་མི་འབྲུ་ཞིང་། ། འགྲོ་བའི་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་བྱུག་གིས་མི་སེལ་ལ། ། ཉིད་ཀྱི་རྟོག་པ་གཞན་ལ་སྒྲོ་མིན་ཏེ། ། ཆོས་ཉིད་  
 བདེན་པ་བཟུན་པས་གོལ་བར་མཛད། ། ཅེས་གསུངས་ལ། ལྷུང་གི་ཆོས་ཀྱིས་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྒྱུན་མཐོང་ནས་དེ་སྤྱང་བ་ལ་དམིགས་པའི་འདུ་ཤེས་སྦྱིད་  
 པར་བྱེད། དགོ་འདུན་ནི་མིག་ལྟོས་བྱས་ཡོན་པས་རང་ཡང་དགོ་འདུན་གྱི་གངས་  
 སུབ་སྤྲད་ནས་མེད་པར་བསམ་སྦྱོར་གང་ས་ནས་གཞན་གྱི་མིག་ལྟོས་བྱ་སར་གྱུར་པ་  
 ཡང་ཞིག་མཛད་དགོས། གསུམ་པ་མོས་པའི་བྱད་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ལ་རིམ་གྱི་  
 དང་བཀྱར་ཉི་ཤུ་འདོད་ཀྱི་མོས་པ། རྟོགས་པའི་ཆོས་ལ་རྒྱད་ལ་སྦྱིད་པར་འདོད་



པའི་མངོན་འདོད་གྱི་མོས་པ། དགོ་འདུན་ལ་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ནས་སྡོད་འདོད་གྱི་  
 མོས་པ་བསྐྱེད་དགོས། བཞི་པ་སྐྱབ་པའི་བྱང་པར་ནི། སངས་རྒྱས་ལ་མཆོད་པ་  
 དང་བཀྲར་ཉི་ཤེད་པ་དང་། ཆོས་ལ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་དང་། དགོ་འདུན་ལ་སྦྱོད་  
 ལམ་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ནས་སྡོད་པ་ཉི། དེ་ཡང་ན་བ་སྐྱེས་གྱི་  
 དུས་ཆོས་དང་ཟང་ཟིང་གི་དཔལ་ལ་ལྷན་ཅིག་དུ་ལོངས་སྤྱད་ཆོག་པའི་སྐྱབས་འདུག་  
 བྱས་ནས། དུས་རྒྱུན་ཟང་ཟིང་གི་རྟེན་པ་བྱང་དུས་བྱང་བ་བཞིན་དུ་མཉམ་དུ་  
 འཁོར། ཆོས་གྱི་ལོངས་སྦྱོད་ལ་རི་དྲགས་བཞིན་དུ་བྲོས་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་མི་བྱེད། ལ་  
 པ་རྗེས་དྲན་གྱི་བྱང་པར་ནི། དཀོན་མཆོག་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་སའ་འབྱུང་བ་ལྟར་གྱི་  
 དཀོན་མཆོག་སོ་སོའི་ཡོན་ཏན་དྲན་པ་ཉི། དགོ་སྤྱོད་རྣམས་ཀྱིས་གྲང་ཆོགས་སྐབས་  
 ཆར་རེ་འདོན་དགོས། དུག་པ་བསོད་ནམས་འཕེལ་བ་ལས་གྱུར་པའི་བྱང་པར་ནི།  
 སངས་རྒྱས་དང་དགོ་འདུན་ལ་བརྟེན་པའི་བསོད་ནམས་ནི། གང་ཟག་ལ་བརྟེན་པ་  
 དང་། བར་བ་ནི་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་བསོད་ནམས་ཡིན་ལ། དེའི་དང་པོ་ནི་གཅིག་  
 ལ་བརྟེན་པ་དང་དགོ་འདུན་ནི་བཞི་ལྟེ་སྐྱེས་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན། ཁས་སྤངས་པ་ནི།  
 སངས་རྒྱས་ཆོས་སྟོན་པ་པོར་ཁས་སྤངས། ཆོས་སྐྱབས་དངོས་སུ་ཁས་སྤངས།  
 དགོ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སྐྱབ་པའི་གྲོགས་སུ་ཁས་སྤངས། གཞན་དུ་མི་སྐྱབས་སྐྱབས་  
 སུ་འགྲོ་བ་ནི་སྟོན་པ་ནི་སྟོན་མེད་ཅིང་ཡོན་ཏན་རྫོགས་པ་དང་། གཞན་གྱི་སྟོན་པ་ནི་  
 དེ་ལས་བསྐྱོག་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་རང་ཅག་གིས་སྐྱབས་གསུམ་ཁོ་ན་ལ་སྐྱབས་  
 སུ་འགྲོ་བ་མ་གཏོགས་སྐྱབས་ལ་ཉིས་འཛིན་ཅམ་ཡང་བྱེད་མི་ཉན། པོ་ཏོ་བའི་དུས་  
 བྱད་མེད་ཁ་ཅང་མ་ཞིག་དང་བྱ་མོ་སྟོན་མ་ཞིག་ཡོད་པས་བྱད་མེད་དེས་སྐྱགས་པ་  
 གྲོང་ཆོག་ལ་སྐད་བཏང་ཉི་འདིའི་རྒྱུ་སེལ་དང་བྱི་མའི་ལམ་འདྲེན་སྐྱགས་ཐམས་  
 ཅད་ཁྱོད་ལ་རེའོ་ཟེར་ནས་དོན། ཡོད་མི་ཆོས་པར་བྱ་མོ་དེ་ལ། སྐྱགས་པ་དེ་རྒྱུན་  
 མ་རྒྱ་གིན་ཡོད་མེད་ཉམས་ཤིག་བྱས་པས་བྱ་མོ་དེས་ཐེམ་པའི་རྟེན་དུ་བསྐྱེད་ནས་



འཆམས་ཤིག་ཏུ་ཨ་མ་སྤྲུགས་པ་ད་ལྟ་རྒྱུན་མ་མི་རྒྱ་བར་ཅོག་གི་བསྟན་འདུག་ཟེར་བ་  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཡིད་མི་ཆེས་བཟེད་མི་ཉན། རང་གི་སྟོན་པ་དང་གཞན་གྱི་སྟོན་པའི་བྱང་  
 པར་ནི། བྱོད་གྱི་བསྟན་པའི་ཕྱིར་འགྲོ་བ། ། བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་  
 ཉུང་། ། བདུད་གྱི་མིག་རས་བཅའ་བཞིན་དུ། ། སྲིད་པ་དག་ལས་སྦྱོག་པར་  
 བྱེད། ། ཅེས་དང་། བྱོད་གྱི་བསྟན་ལས་ཕྱིར་སྤྲུགས་པས། ། དུམ་རིང་ངལ་བ་  
 བསྟེན་བྱས་ཉུང་། ། ཕྱི་ཕྱིར་སྦྱོན་ནམས་བོས་པ་བཞིན། ། བདག་ཏུ་ལྟ་བ་བསྟན་  
 ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་གསུངས་ཤིང་། རྒྱབས་འགྲོ་དགོས་པ་ཡང་པོ་ཏོ་བས་དཔེར་ན་འོ་  
 མ་མར་གྱི་རྒྱ་ཡིན་ཡང་། མ་དགོགས་བར་དུ་མར་མི་འབྱུང་བ་དང་འདྲ། དེ་བས་  
 བདག་གཞན་སྤྲུག་བསྐྱེད་སྤྱོད་འདོད་པས། ། རྒྱལ་བའི་བསྟན་ལ་རིམ་གྱིས་འཇུག་  
 བྱ་སྟེ། ། ཞེས་སོགས་གསུངས། ། །



## ཉིན་བཅོ་བརྒྱད་པ།

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྤྲེལ་མ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ཤིན་ས་  
 ངན་འགྲོར་མི་སྤྱིའི་གདེངས་མེད་ཅིང་། ། དེ་ཡིས་འཇིགས་སྐྱབ་དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་དུ་ངེས། ། དེ་ཕྱིར་སྐྱབས་འགྲོ་ཤིན་ཏུ་བརྟན་པ་དང་། ། དེ་ཡི་བསྐྱབ་བྱ་  
 ཉམས་པ་མེད་པར་བྱ། ། དེ་ཡང་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ལེགས་བསམས་ནས། །  
 སྤང་དོར་ཚུལ་བཞིན་བསྐྱབ་ལ་རག་ལས་སོ། ། རྣལ་འབྱོར་ངས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་  
 ཉམས་བྱས། ། ཐར་འདོད་ཁྱེད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱབ་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་པའི་ལུང་  
 འདྲིན་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་འགྲོའི་གསུང་བཤད་དང་དངོས་གཞི་ལ་ངན་འགྲོའི་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་བསམ་ཚུལ་ཁྱེས་པ་ཉམས་བྱགས་ལ་ངེས་པར་མ་མཛད་ན་སྐྱབས་འགྲོ་ཡོང་  
 ས་མེད་པ་ཉམས་ཁ་པ་དཀར་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཁ་སང་ནས་ཁྱེས་པ་ཉམས་དང་། གཞན་ཡང་སྟོ་  
 བྲག་གྲུབ་ཆེན་ལས་ཀྱི་རྗེ་རྗེ་ལ་གསང་བའི་བདག་པོས་ནམ་མཁའ་རྒྱལ་མཆོན་ཞེས་  
 འབོད་པར་མཛད་ནས། ཁ་ཡིས་ཆོས་ཀྱི་སངས་མི་རྒྱ། ། གཤོག་མེད་བྱ་ཡིས་  
 འཕྱར་མི་བྱས། ། སྤྱི་རྒྱུའི་རྒྱལ་སྤྱོད་མི་སེལ། ། རྒྱ་མཆོར་སྤྱོད་རིང་མི་འཆལ་  
 ཞེས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཉམས་ཆོས་ཁ་བཤད་དུ་སོང་ན་པན་མི་ཐོགས་པས་དེ་ཉམས་  
 མ་སོང་བར་རྒྱད་ལ་པན་པ་ཞིག་མཛད་དགོས། དེ་ཡང་རྒྱད་ལ་པན་པར་བྱེད་པའི་  
 རྒྱུན་དུ་གཤོས་ནི་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་དང་ངན་འགྲོའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་སྤྱོད་པ་འདི་གཉིས་  
 ཡིན་གསུང་། ཡང་སྐྱབས་འགྲོ་སོགས་ཆོས་བྱས་པའི་ཆོ་ཆ་སོགས་མང་པོ་བྱུང་བ་  
 བ། ཆོས་ལ་ལོག་ཏུ་མི་བྱེད་པར་ཆོས་ལམ་དུ་སོང་བས་ཕྱི་མའི་ངན་སོང་གི་སྒྲོ་  
 འགགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་སྤྱོད་དགའ་བ་སྤྱོད་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་  
 འཇུག་ལས། བསད་བྱའི་མི་ཞིག་ལག་བཅད་ནས། ། གལ་ཏེ་ཐར་ན་ཅིས་མི་



ལེགས། །གལ་ཏེ་མི་ཡིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི། །དམྱལ་བ་གྲོལ་ན་ཅིས་མི་ལེགས། །  
 ཞེས་གསེད་པར་ངེས་ཐག་ཆོད་ཀྱི་བཙོན་པ་ཞིག་ཡོད་ན། དེ་ལ་ངོ་ཆེན་ཁྱུ་མཁན་  
 ཞིག་བྱང་ནས་ལག་པ་བཅད་ནས་དེར་གོ་ཆོད་ན་འཆམ་པོ་བྱང་ཞེས་དགའ་དགའ་  
 བྱེད་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་གསུང་། ཡང་རན་འགྲོར་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་པའི་ཆེ་ཤུ་  
 རིའི་བུའི་དྲུང་དུ་ཡི་དྲགས་ཞིག་འོངས་ནས་ང་ལ་ཉིན་མོ་བྱུ་ལྷ་བརྒྱ་སྐྱེས་ནས་ཟ།  
 མཚན་མོ་བྱུ་ལྷ་བརྒྱ་སྐྱེས་ནས་ཟས་ཏེ་ད་དྲུང་ངོམས་པ་མེད་ཅིས་ཟེར་བ་དང་། ཡང་  
 ལྷ་བ་ཅན་དེ་དག་ཀྱང་ངེད་རང་ཆོའི་ལྷ་བ་ལྷ་བྱ་མིན་པར་ལྷ་བ་ལ་ལྷས་བཏགས་པ་ལྷ་  
 བྱ་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ན་བཟོད་ཐབས་མེད། ཡང་སྤྱིག་པ་ར་ཅ་ལ་ཞེད་  
 མཁན་ཡིན་ན་སྤྱིག་པ་ར་ཅ་གསལ་ལེགས་པར་བཏབ་ནས་ཡ་ཙཱ་ང་ད་ལྷ་རང་ཤི་ནས་  
 འདི་འདྲ་ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ན་ཅི་རང་དྲག་སྒྲུལ་དུ་བསམས་ན་ཡག་པོ་ཡོང་གསུངས།  
 ཡང་ཁ་སང་གི་བསྐྱར་བཤད་སྤྱི་དང་ཁྱད་པར་སྐྱབས་འགྲོའི་རྒྱ་ལ་རང་ཉིད་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་ལ་འཇིགས་པ་དང་། དཀོན་མཆོག་ལ་དེ་ལས་སྦྱོབ་པའི་རྣམས་པ་ཡོད་པར་  
 ཡོད་ཆེས་པ་གཉིས་བཤད་པ་ལས་ཕྱི་མ་འདི་ལ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ཆང་བ་ཞིག་  
 དགོས། དེ་ལ་ཡང་ཕྱིའི་རྒྱུན་གྱིས་ཆང་བ་དང་། རང་གི་རྒྱར་ཆང་བ་གཉིས་ཡོད།  
 དང་པོ་ནི་རྒྱ་སྐྱབས་ཏེ་སྤར་བཤད་པའི་སྐྱབས་ཡུལ་གྱི་སངས་རྒྱས་དེ་དག་ཡིན། ཕྱི་  
 མ་ནི་འབྲས་སྐྱབས་ཏེ་དེ་ཡང་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་དེ་འདྲའི་སངས་རྒྱས་  
 དཀོན་མཆོག་འགྲུབ། རང་ཉིད་འཕགས་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་ལམ་བདེན་དང་རྣམ་  
 གྲོལ་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་འགོག་བདེན་ཏེ། དེ་གཉིས་ཐོབ་པས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་  
 འགྲུབ། རང་འཕགས་པར་གྱུར་བའི་ཆེ་དེ་འདྲའི་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་འགྲུབ་  
 པ་ཡིན། ཡང་སྐྱབས་འགྲོལ་ཅམ་པོ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་  
 ནི་རྒྱ་དེ་གཉིས་ཆང་བའི་སྒྲོན་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི། དེ་གཉིས་  
 ཆང་བའི་སྒྲོན་ནས་སྐྱབ་པའི་ཆོས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་དམ་བཅའ་དང་བཅས་ཏེ་སྐྱབས་



སྤྱའགྲོ་བ་ཡིན་གསུངས། སྐྱབས་འགྲོའི་སྐྱབས་འདིར་སྤྲུམ་ཡིན་ཟེར་ཆད་དང་དཔེ་  
 ཆ་ཡིན་ཟེར་ཆད་ལ་ཡིད་བཏྲན་མི་རུང་སྟེ་དེ་ཆོ་ལ་མིང་རྩིག་མདོག་ཁ་བ་རེ་བཏྲགས་  
 གྲང་ཕར་གཏུགས་ན་བྱབས་ཆེན་པོ་མི་ཡོང་། རྩོན་སྤྲུམ་བྱམས་པ་དང་། རྟིང་མའི་  
 སྤྲུམ་མངའ་བདག་ཆེན་པོ་གཉིས་དཔོན་པོ་མི་དབང་གི་མདུན་དུ་འཛོམས་པ་ན།  
 དཔོན་པོས་དེ་རིང་སྤྲུམ་གཉིས་ཆོས་ཀྱི་འབེལ་གཏམ་ཞིག་མཛོད་བྱས་པས་མངའ་  
 བདག་པས་གང་ཡང་མི་ཟེར། སྤྲུམ་བྱམས་པས་ཆོས་གཏམ་བཅུགས་པ་ན་མངའ་  
 བདག་བས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་རེ་རེ་ཡོད་ཟེར། འོ་ན་བྲིད་ལ་  
 ཡང་སངས་རྒྱས་ཡོད་དམ་གསུངས་པས་དེ་ཡང་ཡོད་ཟེར། འོ་ན་བྲིད་རང་དང་སོ་  
 སོ་བྱས་ནས་ཡོད་དམ། བྲིད་རང་དང་འབྲེས་པ་ལྟ་བུར་ཡོད་གསུངས་པས་མངའ་  
 བདག་པ་གང་ཡང་མི་ཟེར་བ་ལ་དཔོན་པོས་གད་མོ་ཞིག་བགད་ནས་སྤྲུམ་བྱམས་པ་  
 བྲང་དུ་གདན་དྲངས་པ་ཡིན་གསུངས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བསམ་པའི་སྐྱབས་  
 སྤྱུ་ཆད་མར་གྱུར་བ་འགྲོ་ལ་ཕན་བཞིན་པ། ། སྟོན་པ་བདེ་གཤེགས་སྐྱབས་ལ་  
 ཐུག་འཆལ་ནས། ། ཞེས་པའི་རྒྱུ་རྫོང་ནས་སངས་རྒྱས་སྐྱབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། མ་སྐྱེས་པ་ནི་སྟོག་དོན་དུ། ། གྱུར་བ་ཉིད་གསུངས་དེ་ཡིས་ཐུར། །  
 ཞེས་སངས་རྒྱས་རྒྱ་ལས་མ་སྐྱེས་པར་རང་བྱུང་དུ་གྱུབ་པ་སྟོག་པའི་དོན་དུ་ཆད་མར་  
 གྱུར་ཞེས་བཛོད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་དང་པོ་ནས་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱ་ཡིན་པ་དེ་འདྲ་མིན་  
 པར་རྒྱ་ཉམས་སྤྲངས་པའི་ཆད་མའི་སྐྱེས་བྱར་གྱུར་བ་ཡིན་ཞེས་སྐྱབ་ཅིང་། དེ་ལྟ་  
 བུའི་རིགས་པའི་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་སོགས་སྐྱབ་པ་རྩིས་མའི་རིང་ལུགས་ནས་ཛོད་  
 བཏྲགས་ལེགས་པར་བྱས་པའི་རྩམ་པ་དང་འདྲ་བ་ཟེ་མཁན་མེད་དྲགས་པ་མ་  
 གཏོགས་ཟས་ཆོག་ཆོག་ཡིན་པས་རིགས་ལམ་འདི་ཆོ་ལ་ནན་ཏན་བྱེད་དགོས་ཤིང་།  
 དེ་བཞིན་དུ་དང་སངས་སྤྲུམ་དྲག་པ་རེ་བྱུང་ན་སྐྱུ་འབྲེང་རེ་རྩད་གཙོད་པ་ཡང་ཆོས་ལ་  
 ཡིད་མ་ཆེས་པས་ལན་ཉི་ལག་པ་ཆོ་སྤྲོ་མོ་ནས་ལག་ལག་པ་དང་། ཐུག་པ་ཆོ་ཐུག་



སྒྲིག་པ་དེ་ཁ་ཡིན་པར་སོང་ན་ཆོས་ཉམས་སྤྱུངས་ནས་རྟོགས་པ་གོང་འཕེལ་དུ་  
 འགྲོ་བ་མེད་པ་ལྟ་བུར་འགྲོ་བས་དེ་འདྲ་མིན། དེར་སངས་གི་སྤྱིས་བྱ་དམ་པ་འདི་དག་  
 གྲུང་གཞིན་ནུ་ནས་རབ་དུ་བྱུང་སྟེ་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་གསུམ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཛད་  
 བྱས་གོ་འཕང་མཐོན་པོ་ལ་གཤེགས་པ་ཡིན། གསུང་རབ་རྣམས་ཀྱི་མགོར་འཇམ་  
 དཔལ་གཞིན་ནུར་གྱུར་པ་ལ་བྱུག་འཆལ་ལོ། ཞེས་འབྱུང་བ་ཡང་གཞིན་ནུར་གྱུར་  
 པ་ལ་ན་ཆོད་གཞིན་ནུར་གྱུར་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་གཞིན་ནུར་གྱུར་པ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་འཇམ་དཔལ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་གཞིན་ནུ་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་རྒྱ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དེར་གྱུར་པ་ཡིན་པས་གནད་གཅིག་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་རྒྱལ་ས་  
 བྱང་ཆུལ་གྲུང་ལ་མ་གྱི་དུས་རྟོགས་པའི་ཆོས་ཉམས་སྤྱུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ས་ནས་  
 ས་དང་ལམ་ནས་ལམ་དུ་འཕར་སྟེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དུ་གྱུར་པ་ན་སངས་རྒྱས་  
 སུ་འཛོག་ཅིང་། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་རྟེན་མ་སོགས་ཀྱིས་གདོད་མའི་  
 སངས་རྒྱས་སུ་འཛོག་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་སྟོ་བྱུར་གྱི་དྲི་མས་སྒྲིབ། དེའི་སྟེང་གི་  
 སྟོ་བྱུར་གྱི་དྲི་མ་རྣམས་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱུངས་པའི་མཐར་སྟོ་བྱུར་  
 གྱི་དྲི་མ་མཐའ་དག་ཟད་པར་བྱས་པའི་ཆ་དེ་ཉིད་ཆོས་སྤྱད་དང་། དེའི་ཆེ་ཤེས་བྱ་  
 ཐམས་ཅད་ལག་མཐིལ་གྱི་རྒྱ་རུ་ར་ལྟ་བུར་གཟིགས་པ་དེ་ཉིད་ཡེ་ཤེས་ཏེ། དེ་ཉིད་ལ་  
 ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཞིང་དེ་ལྟ་བུའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་པ་ཐོབ་པ་ན་དེ་ལ་སངས་རྒྱས་  
 ཞེས་འདོགས་ལ་དེའི་ཆེ་པས་རྒྱལ་ས་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། པས་རྒྱལ་ས་ཐོབ་པའི་ཆེ་བྱལ་  
 ཡང་རྒྱལ་བུའི་མིང་ཐོབ་པ་ལྟར་དེ་འདྲའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྤྱོད་པ་ཐོབ་པ་ན་རང་ཉིད་ལ་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཐོབ་པ་ཡིན་གསུངས། སྤྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྐབས་སུ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཆོད་དང་དཔེ་བྱད་ཀྱིས་སྤྱིས་པ་དེ་མཐོང་ཆེ་སྐལ་བ་དང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་ལོ་བཅུ་གཉིས་སུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་དགའ་བདེ་དང་  
 འདྲ་བའི་དགའ་བདེ་བྱད་པར་ཅན་སྤྱི་བ་ཡིན། དེར་མ་ཟད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་



དངོས་པར་བཞག་སྒྲིའི་གཟུགས་ཅམ་མཐོང་བའི་ཡོན་ཏན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སྒོན་  
 མཐའ་འཁོབ་གྱི་རྒྱལ་པོ་ཡུ་ཏུ་ཡན་དང་ཡུལ་དབྱུང་གྱི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གཉིས་མ་  
 མཐོང་གྲོགས་པོ་བྱས་ནས་སྐྱེས་བསྐྱར་རེས་བྱེད་པ་ལ། ལན་ཅིག་རྒྱལ་པོ་ཡུ་ཏུ་ཡན་  
 རས་རིན་པོ་ཆེ་རིན་ཐང་དང་བྲལ་བ་ཤ་སྟག་ལས་བྱུང་བའི་ཁྲབ་ཞིག་སྐྱེས་སུ་བསྐྱར་  
 བ་ན་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་དེ་ལ་སྐྱེས་ལན་བསྐྱར་རྒྱ་མ་རྟེན་པར་སྟག་བཟུལ་བྱེད་པ་ལ།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རི་མོ་མཁན་མཁས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་རང་གི་སྐྱེ་ལོགས་པར་བསྟན་  
 རས་འབྱོར་འཇུག་པ་གནང་སྟེ་སངས་རྒྱས་བཞེངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་མཆོག་ཏུ་ངོ་  
 མཆར་བ་བྱིས། དེའི་འོག་ཏུ་སྤྱིད་པའི་འཁོར་ལོ་ཆ་ལྷ་པ་བྱིས། དེའི་འོག་ཏུ་བཙམ་  
 པར་བྱ་ཞིང་དབྱང་བར་བྱ། ། སངས་རྒྱས་བསྟན་ལ་འཇུག་པར་བྱ། ། འདམ་བུའི་  
 བྱིམ་ལ་སྤང་ཆེན་བཞིན། ། འཆི་བདག་སྡེ་ནི་གཞོན་པར་བྱ། ། གང་ཞིག་རབ་ཏུ་  
 བག་ཡོད་པས། ། ཆོས་འདུལ་འདི་ལ་སྦྱོད་འགྱུར་བ། ། སྐྱེ་བའི་འཁོར་བ་རབ་  
 སྤངས་ནས། ། སྟག་བཟུལ་ཐ་མར་བྱེད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་པའི་ཆོག་བཅད་  
 གཉིས་བྱིས་མཐའ་སྒྲོར་དུ་རྟེན་འབྲེལ་ཡན་ལག་བརྟུ་གཉིས་ཀྱི་བཀོད་པ་བྱིས། གོས་  
 ཆེན་མང་པོས་སྐྱེལ་ནས་སྐམ་དུ་བརྟུག་སྟེ་བསྐྱར་ཞིག་གསུངས་པ་ལྟར་བསྐྱར། དེ་  
 ལ་བསྐྱུ་བ་བྱེད་དགོས་ཚུལ་ཀྱང་ལན་བསྐྱར་བས་ཡུ་ཏུ་ཡན་ཀྱང་བསྐྱུ་བ་སོགས་  
 བྱས་ཤིང་། ལྟག་པར་ནང་དུ་སྐྱེབ་ནས་ཁ་བཤིག་པས་དང་པོར་གོས་ཆེན་མང་པོ་  
 བྱང་བ་ན་ཙ་བ་མི་འདུག་སྟམ་པའི་ངང་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱེ་གཟུགས་དེ་བཟུལ་མ་  
 མེ་མཐོང་བ་ན་དང་པའི་ས་སྤྲོ་ན་མེད་པ་ཆོགས་ལམ་ལ་བཀོད་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་  
 རང་ཅག་གིས་ཀྱང་ཐང་སྐྱེ་སོགས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཡག་པོ་སྤྱིད་ན་དེ་ཁའི་བྱིན་རྒྱལ་ས་  
 འཇུག་པ་ཡིན་འདུག ཡིད་ཆེས་མ་སྐྱེས་ན་ནི་བྱིན་རྒྱལ་ས་ག་ནས་འཇུག་གསུངས།  
 སྟགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་སྐབས་སུ་མཁུན་པའི་ཡོན་ཏན་ནི་དུས་གསུམ་མཁུན་པ་སྟེ་ད་  
 ལྟར་བ་མཁུན་པ་ནི། ཤུག་རྣམས་ཀྱིས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཐམས་ཅད་མཁུན་པ་



ཡིན་ཟེར་བས་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་ཡིན་མིན་བརྟག་དགོས་ཟེར། སྒྲིང་པ་རེ་རེ་  
 རས་འབྲས་བྱམ་པོ་རེ་བསྐྱས་སོ་སོའི་ནང་དུ་འདི་འདིའི་ཡིན་ཟེར་ཤོག་འཛར་རེ་  
 བཅུག་ནས་ཁ་བསྐྱམས་ཏེ་སྟོན་པའི་རྒྱུད་དུ་བྱིར་ནས་བྱིད་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 ལགས་ན་འདི་དག་སྤྲད་སྤྲུའི་ཡིན་པ་ངོས་འཛིན་པར་མཛད་དུ་གསོལ་ཞེས་ཞུས་  
 པས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་དག་སྦྱོང་དག་འདི་འདི་ཞེས་བྱ་བའི་ཡིན་ནོ། འདི་  
 འདི་ཞེས་བྱ་བའི་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་ནས་མ་འདྲིས་པར་ངོས་འཛིན་མཛད་པ་  
 ལྟ་བུ་དང་། མ་འོངས་པའི་དུས་མཐུན་པ་ནི། སངས་རྒྱས་འོད་སྤྲུང་གི་དུས་སྤྱུལ་  
 པོ་གྱི་གྱི་ཟེར་བ་ལ་བྱ་མོ་གསེར་ཕྱེད་མ་བྱ་བ་ཡོད་པ་ལ། རྒྱལ་པོ་དེ་ལྟ་སྟེགས་གཅེར་  
 བྱ་པ་ལ་མཚོན་གནས་སྤྱེད་པས། རམ་ཞིག་རྒྱལ་པོ་ལ་སྐར་ཁུང་ནས་སྤང་པོ་ཆེའི་  
 ལུས་ཐོན་ནས་མཐུག་མ་ཐོན་པ་སོགས་ཀྱི་མི་ལྟས་ཆེན་པོ་བཅུ་བྱང་བ་ན། རྒྱལ་པོ་  
 ཞེད་ནས་གཅེར་བྱ་ལ་དྲིས་པས་གཅེར་བྱ་པས་བསམ་བརྟག་བྱས་ནས་དེ་རྒྱལ་པོ་རང་  
 ལ་ཤིན་ཏུ་ངན་སྟེ་ཁྱོད་རང་གི་སྐྱ་ཆེ་ཡང་གཏོང་ལ་རྒྱལ་སྤྱིད་ལས་ཀྱང་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བའི་ལྟས་ཡིན་པས་དེ་ལ་ཐབས་གཅིག་མེད་ཟེར། རྒྱལ་པོས་ཐབས་གཅིག་ཅི་  
 ཡོད་བྱས་པས་དེ་དག་ན་རེ་བྱ་མོ་གསེར་འབྲེང་མ་འདིས་གཙོ་བྱས་པའི་མི་ལྟ་བརྒྱ་  
 བསད་ནས་མཚོན་སྟོན་བྱས་ན་པན། གཞན་པན་ཐབས་མེད་ཟེར་བ་ལ་རྒྱལ་པོ་  
 འཇིགས་ནས་གསོད་ནི་འདོད། འོན་ཀྱང་དེའི་ཁྱོད་དུ་གསེར་འབྲེང་མ་ཡོད་པས་  
 གསོད་མ་རྒྱས་པར་ལུས་ལས་སྐྱེས་པའི་བྱ་མོ་ཡང་གསོད་དགོས་པ་འདི་འདྲ་སྟམ་ནས་  
 བྱ་ངན་བྱེད་ཅིང་ཉིན་ཁ་ཤས་ལུས། དེ་ནས་གསེར་འབྲེང་མས་གྱི་གྱིའི་སར་བྱིན་  
 རས་ཡབ་བྱ་ངན་མཛད་དགོས་པ་ཅི་ཡིན་བྱས་པས་རྒྱལ་པོས་གཅེར་བྱ་པས་ཟེར་ཚུལ་  
 སོགས་བརྗོད་པས། གསེར་འབྲེང་མས་རྒྱལ་པོའི་སྐྱ་ཆེ་དང་རྒྱལ་སྤྱིད་ལ་པན་ནང་  
 ཤིད་གོས་པ་དྲག་ཀྱང་། མི་ངན་སྟོན་པ་དེ་ཆོའི་ཁ་ལ་ཉན་པ་ལས་སངས་རྒྱས་འོད་  
 སྤྲུང་བཞུགས་བཞིན་དུ་བཀའ་འདྲི་མ་ཞུས་ན་མི་ཡོང་བས་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་ཤིག་



བྱས་པས་ཀྱལ་པོ་ན་རེ། སངས་རྒྱལ་འོད་སྤང་ཟེར་བ་དེ་བདེན་ནམ་ཟེར། བདེན་  
བྱས་པས་འོ་ན་དེ་དང་ཕྱད་རྒྱ་དང་སྐད་ཆ་ལ་ལབ་རྒྱ་ཡོང་ངམ་ཟེར་བ་ལ་ཡོང་བྱས་  
པས་ཀྱལ་པོས་ཀྱང་སངས་རྒྱལ་ལ་ཞུས། སངས་རྒྱལ་འོད་སྤང་གིས་མི་ལྟས་དེ་དག་  
ཀྱལ་པོ་ཁྱོད་ལ་ཡང་ལྟ་བ་མིན་དེར་མ་ཟད་བཟླ་ན་པ་འདི་ལ་ཡང་ལྟ་བ་མིན། མ་  
འོངས་པ་ན་སངས་རྒྱལ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཟེར་བ་ཞིག་འབྱུང་བས་དེའི་བཟླ་ན་པ་ལ་འདི་  
ལྟར་འབྱུང་བའི་ལྟས་ཡིན། ཞེས་མི་ལྟས་དེ་དག་རེ་རེ་ནས་འགྲོལ་བར་མཛད་ནས་  
གསུངས་པས་ཀྱལ་པོ་ཡིད་ཆེས་ནས་མི་ལྟ་བརྒྱ་པོ་དེ་དག་སྲོག་གི་འཇིགས་པ་ལས་  
ཐར་བར་གྱུར་པ་ན། གསེར་འཕྲུང་མས་ད་ལྟ་ང་ལ་བརྟེན་ནས་མི་ལྟ་བརྒྱ་སྲོག་གི་  
འཇིགས་པ་ལས་ཐར་བར་བྱས་པ་འདི་ལ་བརྟེན། མ་འོངས་པ་ན་ང་ལ་བརྟེན་ནས་  
མི་འདི་དག་གིས་བདེན་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ཞིག་ཡོང་བར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་  
བཏབ་པ་ལྟ་བུ་དང་། འདས་པ་མ་བྱེན་པ་ནི། བྱིམ་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྦྱིན་གྱི་  
བྱ་མོ་མགོ་གདུམ་འདི་མ་ག་རྒྱ་བཟང་མོ་ཡིན་པས་སྒྲོན་ནས་ཞུས་པ་ལྟར་གཅེར་བུ་བ་  
ལ་ངོ་ཆ་བའི་ནམ་པས་མགོ་གདུམ་ནས་སྒྲོན་པས་བྱ་མོ་མགོ་གདུམ་མ་ཞེས་ཐོགས།  
ཁ་སྒྲོན་ནས་ཞུས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱལ་འཁོར་བཅས་གདན་དྲངས་ནས་སངས་རྒྱལ་གྱི་  
ཡོན་སྦྱང་མཛད་པའི་ཆེ་བྱ་མོ་མགོ་གདུམ་མ་ལ་ཆེ་བཟོད་ཆེན་པོ་མཛད་ནས་ཡོན་  
བཤད་རྒྱལ་པར་མཛད་པས་བྱ་མོ་དེས་གཙོ་བྱས་པའི་མི་ལྟ་བརྒྱས་བདེན་པ་མཐོང་བ་  
ནས་སངས་རྒྱལ་གྱིས། བྱ་མོ་མགོ་གདུམ་མ་སྒྲོན་བྱ་མོ་གསེར་འཕྲུང་མར་གྱུར་པའི་  
དུས་གོང་དུ་ཞུས་པའི་སྒྲོན་ལམ་དེ་ལྟར་བཏབ་པའི་མཐུ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་  
དང་། དེ་ཡང་འདིའི་སྐབས་སུ་ཡང་མ་བྱེན་པའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོན་ནས་རྩ་  
བ་དད་པ་སྤང་པ་དང་། བཙེ་བའི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་སྒྲོན་ནས་བཀའ་དྲིན་རྗེས་  
དྲན་སྒྲོམ་ཚུལ་གཉིས་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ཚུལ་ལྟར་ཆང་བ་ཡིན། བཙེ་བའི་  
ཡོན་ཏན་ནི་བདག་གི་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་དེའི་གསུང་དྲི་མ་མེད་པ་ལས་འབྱུང་བ་



ལྟར། རང་ཉིད་ལ་ཐོབ་རྒྱ་མེད་པ་རང་གི་སྒྲུབ་ས་ཡག་པ་མ་གཏོགས་ད་ལྟ་རང་  
 སངས་རྒྱུས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཞིག་ཐོབ་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དྲིན་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ནས་རྒྱབ་  
 བསྟན་ནས་སྤྲོད་པ་ཅིག་འོང་། དེ་འོང་སྟེ་སངས་རྒྱུས་པར་བཞག་ཆེ་འདིའི་གོ་ས་  
 མཐོ་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་རང་གི་ལུས་སྦྱོང་བའི་པ་མས་རང་ལ་ཚུར་ཞེས་དང་བཅས་  
 ཉེ་གུས་པས་བདུད་ཀྱང་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེའི་དྲིན་ཐམས་ཅད་བརྟེན་ནས་མིག་ཙམ་  
 ཡང་མི་ལྟ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་གིས་ཅུང་ཟད་རེ་ཡན་འདོགས་བྱེད་ཀྱང་རང་གི་  
 སྤམ་རྒྱུ་ཤོར་དོགས་མའི་སྒྲིག་ནས་བྱེད་པ་མང་པོ་སྤང་བ་འདི་འདྲ་ལ་བལྟས་ཆེ་ཡོན་  
 ཏན་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་དང་ལྡན་པའི་སངས་རྒྱུས་དེ་ཐོབ་ན་ད་ལྟ་སེམས་ཅན་ལ་  
 ལྟ་རྒྱུའི་རེ་བ་མེད་ཀྱང་། སངས་རྒྱུས་དེ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་རང་དྲག་པས་ཀྱན་དགའ་པོ་ལ་  
 བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་བཀའ་གནང་བ། ཀྱན་དགའ་པོ་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་དུ་སྟོས་  
 ཤིག་དགེ་སྦྱོང་ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་ཡོད་དོ་གསུང་། ཀྱན་དགའ་པོས་གཟིགས་པས་  
 གང་ཡང་མ་མཐོང་ནས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཁུས་པས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ཀྱན་  
 དགའ་པོ་བྲིད་ནས་རྒྱལ་བྱེད་ཀྱི་ཆལ་དུ་བྱོན་པས་བཙོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་དགེ་སྦྱོང་  
 བྱད་པ་སྤྱི་ཀྱང་བྱད་གཡོག་བྱེད་མི་མ་བྱུང་བར་ཤིན་ཏུ་ཉམ་ཐག་པར་བྱུང་བ་  
 གཟིགས་ཉེ་ཀྱན་དགའ་པོ་ཉམ་ཐག་པ་དང་འཇིགས་པའི་འདྲ་ཤེས་མ་སྦྱེད་པར་རྒྱས་  
 བྱས་ཤིག་ངས་རྒྱ་བཏང་གི་གསུང་ནས་བཙོམ་ལྡན་འདས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱ་གཏོང་  
 བར་མཛད་དེ་དགེ་སྦྱོང་དེའི་ལུས་ལ་བྱུ་པར་མཛད་པས་བྱད་ལས་ཐར་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 གཞན་ཡང་། བཟང་ལ་ལན་ཡོད་བཟང་པོ་སྟེ། ། དྲིན་གཙོ་མེད་པ་ངན་པ་  
 ཡིན། ། ཞེས་པ་ལྟ་བུ་མིན་པར་བཙོམ་ལྡན་འདས་གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་གྱི་བཙེ་  
 བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་ལ་གཞན་གྱི་དེ་ལས་སྒྲིག་པ་སྟེ། དགེ་བཤེས་སྤང་རི་ཐང་བ་  
 ཤིན་ཏུ་བཀྱོན་པའི་ཚུལ་མཛད་པའི་ཆེ་དུས་རྒྱུན་སྦྱོང་བར་མི་མཛད་ཀྱང་སྐབས་ཞིག་  
 ལུ་བྱུག་པའི་རྣམ་པས་ཉིད་ཀྱི་སྤྱིང་མོ་ཞིག་འབྲོག་པའི་སར་ཡོད་པ་ལ་སྦྱོང་དུ་བྱོན་



པས་ངོ་ཤེས་མ་ཐག་ནས་ཞབས་འདྲེན་དེ་སླེབ་བྱུང་ཟེར་ནས་བྱི་སྟོང་། རྗེས་སོར་  
 གླུང་རི་ཐང་པ་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་པའི་ཆོ་སྲིད་མོ་དེ་འོང་ནས་གཙུག་གཡུ་ཡུལ་བ།  
 བྱོད་ཀྱི་གཙུག་གཡུང་ལ་མི་དགོས། བྱོད་ཀྱི་ང་ལ་བྱི་སྟོང་པ་མ་བརྟེན་དམ་གསུང་ངོ་།  
 གཞན་ཡང་སངས་རྒྱས་ནི་དུས་ལས་མི་ཡོད་བར་འཇུག་པའི་འཕྲིན་ལས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་  
 དང་ལྡན་ཏེ། ། རྗེས་གླུང་གཉིས་བ་གཅིག་ལ་མ་འཆམ་པར་གླུང་གཅིག་གིས་གཅིག་  
 ལ་བརྟུང་ཁ་རྒྱབ་ནས་གླུང་གཅིག་ནང་ཆོལ་སྟོལ་ལེར་གྱུར་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་ཀྱིས་གླུང་དེ་ལ་འཕྲིན་ལས་མཛད་པའི་དུས་ལ་བབས་པར་གཟིགས་ནས་དེའི་  
 མདུན་དུ་མངོན་སུམ་དུ་གཤེགས་པས་དེ་སངས་རྒྱས་ལ་དད་དེ་མིག་ནས་མཆོམ་ཤོར་  
 བཞིན་དུ་ཤི་ནས་སུམ་ཅུ་ཙུག་སུམ་གྱི་ལྷར་སྦྱེས་ཏེ། དེ་ནི་ལམ་གྱི་རྟེན་མངོན་མཐོ་ལ་  
 འགོད་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱ་ནམ་མཁའ་ལ་ཡུར་བ་ན་ཟས་  
 འཆོལ་ཕྱིར་ས་ལ་མིག་བཟླ་བ་བཞིན་དུ། སངས་རྒྱས་དེ་གོ་འཕང་མཐོན་པོ་ལ་  
 གཤེགས་པ་ཡིན་ཀྱང་གཟིགས་ས་སེམས་ཅན་ལས་གཞན་མེད་པས་སེམས་ཅན་ལ་  
 གཞོད་པ་བྱས་ན་སངས་རྒྱས་ལ་གཞོད་པ་བྱས་པ་ཡིན་ཏེ། མདོ་ལས་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་ལ་གཞོད་བྱེད་གང་ཡིན་དེ་ནི་ང་ལ་གཞོད་བྱེད་ཡིན། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
 སུན་བྱེད་གང་ཡིན་དེ་ནི་ང་ལ་སུན་བྱེད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་དེའི་ཕྱིར་བྱང་རྒྱབ་  
 སེམས་དཔའ་ལྟ་ཞོག་ཉན་ཐོས་ཀྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་  
 འཆོ་སྟོང་དགོས་ཏེ་གཞན་གཞོད་བཞི་བཅས་ལས་སྒྲིག་དགོས་པར་གསུངས་སོ།  
 འཕྲིན་ལས་དེ་ཡང་རྒྱད་སྟེ་མ་ལས། ལྷ་ཆོགས་གཟུགས་ཅན་ལོར་བྱ་བཞིན། །  
 ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ལོར་བྱ་དེ་རས་དཀར་པོའི་སྟངས་དུ་བཞག་ན་དཀར་པོ་  
 དང་། རས་དམར་པོའི་སྟངས་དུ་བཞག་ན་དམར་པོར་འཆར་བ་དང་འབྲ་བར་  
 གསུངས་སོ། ། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ནི་ཡོན་ཏན་མདོར་བསྟན་ལྷན་  
 ཀྱིས་གྲུབ་པ་དང་རྒྱན་མི་འཆད་པ་གཉིས་སུ་འདུལ་དེའི་ཕྱི་མའི་རྒྱབ་བྱེད་ནི་རྒྱད་སྟེ་



མ་ལས། གཞན་གྱི་དབང་གི་ངེས་འབྱུང་དང་། ། བདག་དང་སེམས་ཅན་མཚུངས་  
གཟིགས་དང་། ། མཛད་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཚྲོགས་ཕྱིར། ། འཁོར་བ་སྲིད་དུ་རྒྱུན་མི་  
འཆད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་སྤྱད་བསྐྱེད་བའི་དབང་གཟིགས་ནས་  
འཁོར་བ་དང་དམན་པའི་ཐུང་འདས་ལས་ངེས་པར་འབྱུང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་  
གཤེགས་པ་སྟེ་དེ་ཡང་རྣམ་པར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་ཡིན་པས་འཕྲག་པ་  
ལས། རྣམ་རྟོག་མི་མང་འཁྱོད་ཀྱིས་སྲིད་མཐའི་བར། ། སྐད་ཅིག་དེ་རེ་རེ་ལ་སྦྱོད་  
སྒྲུ་ཚོགས། ། ཇི་སྟེད་སྟོན་པ་དེ་སྟེད་འཛམ་བུ་གླིང་། ། མ་ལུས་རྩལ་གང་དེ་སྟེད་ལ་  
གྲངས་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱུད་དུ་སྤྲོད་སྒྲུ་ཚོགས་གཉིས་རྒྱུན་  
མི་ཆད་དུ་བསགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུའི་དུས་སུ་ཡང་འཕྲིན་ལས་རྒྱུན་མི་ཆད་  
དུ་འཕྲག་པ་ཡིན། བདག་དང་སེམས་ཅན་མཚུངས་པར་གཟིགས་པ་ནི་སེམས་ཅན་  
དང་སངས་རྒྱས་གཉིས་སེམས་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པར་མཚུངས་པར་གཟིགས་  
ནས་སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་དྲི་མ་རྣམས་སྒྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་སེམས་དང་འབྲལ་བ་དུ་  
གཟིགས་པས་འཕྲིན་ལས་རྒྱུན་མི་འཆད་པ་ཡིན། མཛད་པ་ཡོངས་སུ་མ་ཚྲོགས་པ་  
གདུལ་བྱ་བྱུང་མོང་པའི་སྤང་ངོར་ཐུང་ན་ལས་འདས་པའི་མཛད་པ་སྟོན་ཀྱང་འཕྲིན་  
ལས་ལ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སངས་རྒྱས་དེ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆོ་  
རྒྱུད་གཉིས་རྣམས་ཀྱི་མཚོག་ཅེས་ཟེར་བ་གང་ཡིན་སྟེ་མ་ན། སེམས་དང་ལྷན་ཆད་  
ལ་སེམས་ཅན་དུ་བྱས་པའི་སེམས་ཅན་དེ་ལ་རྒྱུད་བཞི་རྒྱུད་གཉིས་རྒྱུད་ཆད་སྟགས་  
ཡོད་ཀྱང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་མཚོག་དུ་གྱུར་པ་ལྟ་བུས་ཀྱང་ལྷག་པ་ལྷས་ཀྱང་  
སྟོན་གནས་སུ་བྱེད་པ་སྦྱོད་འཕྲག་ལས། ལྷ་བས་ལྷག་པའི་ལུས་ཐོབ་ནས། ། ཅེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱུད་གཉིས་མི་རྣམས་ཀྱི་ནི་མཚོག་དུ་གྱུར་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་འོང་  
རྒྱུ་ཡོད་པ་ཞེས་ངོ་མཆར་བའི་ཆོག་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནི། སྤྱིར་ཆོས་འགོག་པ་  
དང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་གཉིས་ཡིན་ལ། ལམ་བདེན་གྱི་ཐོག་མ་བར་ཆད་མེད་ལམ་



ཐོབ་པའི་ཆེ་རང་གི་སྤང་བྱ་སྤང་མི་སྤྱི་བར་ངེས་པ་དང་། འགོག་བདེན་མཛོན་དུ་  
 བྱུར་བའི་ཆེ་སྤང་བྱ་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ལ་འདོད་  
 ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྣམས་ཀྱི་མཆོག་ཅེས་བྱའོ། དགེ་འདུན་གྱི་ཡོན་ཏན་ནི།  
 བདེན་གསུམ་མཐོང་ནས་སངས་རྒྱས་དང་། ། ཆོས་ལ་ཤེས་ནས་དད་པ་ཐོབ། །  
 ཅེས་སོགས་མཛོད་ནས་འབྱུང་བ་ལྟར་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཆེ་སྤྱབས་གསུམ་ལ་སྤྱས་  
 ཀྱང་འབྱེད་པར་མི་རྒྱས་པའི་དད་པ་བརྟན་པོ་སྤྱི་བ་ཡིན་ཏེ། ད་ལྟ་རང་ཅག་སྤྱི་མའི་  
 ཆོས་གྲུབ་དད་པ་ཡོད་ཡོད་འདྲ་བ་ལ་ཆོས་གྲུབ་ཕྱིར་སྤྱི་བས་པ་དང་། གཞན་ཞིག་གི་  
 རྗེས་སྤྱུ་འབྲང་ནས་དད་པ་བརྗེད་དེ་འགྲོ་བ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་དུ་བྱུར་ནས་བདུད་རིགས་བྱེ་བ་ཕྱག་བརྒྱས་དུས་གཅིག་དུ་བར་ཆད་བྱས་ཀྱང་  
 སྤྱི་ག་དང་འབྲལ་བར་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ལས་འབྱེད་པར་མི་རྒྱས་པ་ཡིན་པས་ཡོན་ཏན་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་པ་དང་ལྷན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་པའི་ཞི་རགས་ཀྱིས་  
 རྣམ་པ་ཅན་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་འདོད་ཉོན་སྤངས་པ་ན་བཟའི་འགོག་པ་ཐོབ་སྟེ།  
 དེ་ཡང་བཟའི་འགོག་པ་ཞེས་པ་ནི་འགོག་བདེན་ལྷུར་དུ་ཐོབ་པའི་བཟ་འམ་སྤྲ་ལྟས་  
 ལྟ་བུ་ཡིན་པས་ན་བཟའི་འགོག་པ་ཞེས་བཛོད་པ་ཡིན། དེ་ལ་བདེན་པ་ཡིན་སྟམ་  
 རྣམས་འཛིན་ན་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་དངོས་གནས་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
 སྤྱིད་པའི་སྤྱག་བསྐྱལ་གཙོད་བྱེད་ལམ། ངས་ནི་བྱེད་ཅག་རྣམས་ལ་བསྟན། ། དེ་  
 བཞིན་གསེགས་པ་སྟོན་པ་སྟེ། ། བྱེད་ཅག་རྣམས་ཀྱི་བྱ་དགོས་སོ། ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། །



## ཉིན་བཅུ་དགུ་པ།

སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཟླ་བ་གཤམ་པས་སྐྱབས་འགོ་བདུན་ཅུ་པར། སངས་  
ཀུས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་ནི། ། ཐར་པ་འདྲོད་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱབས། ། ཞེས་  
གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ལུང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་འགྲེའི་གསུང་བཤད་གནང་  
ནས། སྐྱེས་བུ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་ཚུལ་ནི། རང་དང་མ་རྒྱུ་སེམས་ཅན་  
རྣམས་སྤྱི་དུ་དང་ཞི་བའི་འཇིགས་པ་ལས་སྒྲོལ་བའི་ཕྱིར་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྙིང་  
ཐག་པ་ནས་རེ་སྟོས་འཆར་བའི་སེམས་བྱང་དེ་ཉིད་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐྱབས་འགོའི་ངོ་  
བོ་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱབས་གསུམ་ཐོབ་འདྲོད་ཀྱི་བསམ་པས་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་དགོས་ཏེ་  
སངས་ཀུས་ལ་ཡོན་ཏན་དུན་བཞིན་དུ་ཐོབ་འདྲོད་བསྐྱེད། ཆོས་འགོག་ལམ་ཉམས་  
སྤྲངས་པས་འབྲས་བུ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་མིག་སྟོས་འཆར་བའི་ཡུལ་དུ་  
བྱས་ནས་འདི་འདྲ་ཞིག་ང་ཡང་བྱང་ན་སྟམ་དུ་བསམས་པ་ཡིན། སངས་ཀུས་ཀྱི་  
ཡོན་ཏན་བསམས་པའི་ཆེ་སྐྱེའི་ཡོན་ཏན་གཞན་པར་བཞག་དབུའི་གཙུག་ཏྟར་གྱི་  
ཡོན་ཏན་གཅིག་པོ་ཡང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཤུགས་འཆར་གིས་སྙིང་སྟོགས་སུ་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དུ་མ་འདས་ནས་ཕེབས་ཀྱང་དབུའི་གཙུག་ཏྟར་གྱི་མཐའ་མ་  
རྟོགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། མོ་འགལ་གྱིས་བྱས་གསུང་ཆངས་པའི་དབྱངས་ཉན་པར་  
འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་དུ་མ་འདས་ནས་ཕྱིན་ཀྱང་དེའི་ཡོན་ཏན་གྱི་མཐའ་མ་རྟོགས་པ་  
དང་། ཤུགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐེན་པ་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་ཞིང་། བརྟེ་བ་དང་  
འཕྲིན་ལས་རྒྱུ་ཆད་མེད་པའི་ཚུལ་ཐུར་ཁྱས་པ་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་ཤེས་པ་དང་།  
ཁྱད་པར་ཤེས་པའི་སྐབས་དོན་དུ་སངས་ཀུས་ཀྱི་སྐྱ་ཡི་སྐྱ་ཆབ་གསུང་གི་གསུང་ཆབ་  
སྒྲ་མ་ཡོད་པས་སྒྲ་མ་ལ་རིམ་གྱི་དང་བཀྱར་སྟེ་བྱེད་པའམ་བྱེད་པར་འདྲོད་པ་དང་།



ཆོས་འགོག་པ་དང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ལྷང་རྟོགས་གྱི་ཆོས་རང་ཉིད་  
 གྱིས་ཉམས་སྤྱུལ་ལེན་པ་དང་དེ་ལ་ཡང་གྲོགས་དགོས་པར་མཐོང་ནས་དགེ་འདུན་ལ་  
 གྲོགས་འཆར་བའི་ཕྱིར་མཉམ་དུ་སྡོད་པར་འདོད་པ་དགོས། འཕགས་པའི་དགེ་  
 འདུན་པར་བཞག་སོ་སྐྱེའི་དགེ་སྦྱང་ཡོད་ན་ཡང་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་ཡོད་ལ།  
 དེ་མེད་ན་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པ་མེད། དེ་མེད་ན་སེམས་ཅན་ལ་བདེ་སྦྱིད་ཡོང་ས་  
 མེད་པས་གསེར་གྱི་འབྲུམ་པ་བརྒྱ་ཡོད་པ་ལས་ཀྱང་དགེ་སྦྱང་གཅིག་ཡོད་པ་དགའ་  
 བས་དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བས་ཀྱང་། གསེར་འབྲུམ་བརྒྱ་བས་དགེ་སྦྱང་གཅིག་དགའ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་བྱིས་པ་རྒྱུད་དུ་བྱིས་གྱི་བཙོན་དོང་དུ་རྒྱུད་པ་ཞིག་དེ་  
 རིང་དགེ་ཆུན་བཟང་པོ་ཞིག་དང་འཕྲད་ནས་ལྷ་ས་ལ་བཅུག་ན་དེ་ལ་ལྷ་སའི་སྡོད་  
 རྒྱུགས་པ་ཟེར་ཞིང་བྱིས་པ་དེས་ཀྱང་བྱང་ན་དེ་ལས་དོན་མི་དགོས་ཅམ་ཨེ་ཡོང་ལྟ་  
 དགོས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ལ་སྐྱབས་འགོ་ཆོག་ཅམ་མིན་པའི་རྣམ་དག་གཅིག་བྱང་  
 ན་སངས་རྒྱས་གྱི་བསྟན་པའི་སྡོད་དུ་རྒྱུད་པ་ཡིན་པས་ད་དེ་ལས་དོན་མི་དགོས་  
 ཅམ་ཨེ་ཡོང་བལྟས་ནས་བསྐྱབ་བྱ་རྣམས་ལ་སྦྱོབ་དགོས་པ་ཡིན། བསྐྱབ་བྱ་འདི་  
 དག་ལས་འགའ་ཞིག་མ་གཏོགས་པལ་ཆེར་ནི་ཐུན་གྱི་སྐབས་ཡིད་ཤར་རེ་བྱེད་པ་མ་  
 གཏོགས་གཙོ་བོར་ཐུན་མཆོམས་སྤྱུལ་ག་ལེན་ལ་ཁེལ་བར་བྱེད་རྒྱ་ཤ་ལྟག་ཡིན། དེ་  
 ཡང་བསྟན་རིམ་རྣམས་སྤྱུ་བསྐྱབ་བྱ་འགའ་ཞིག་ལ་མེད་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཡོད་པ་ལྟ་  
 བུ་ཐོར་བུའི་རྒྱལ་དུ་བཞུགས་པ་རྣམས་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བར་དགོངས་ནས་རྩེ་རིན་པོ་  
 ཆོས་ཐམས་ཅད་བསྐྱས་ནས་གཞན་གང་ལ་ཡང་མེད་པ་འདྲ་བ་ཞིག་ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་  
 དུ་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི། སྐྱབ་པར་མི་རུང་བ་  
 དགག་པ་དང་། སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ནི་འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་བསྐྱབ་དགོས་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ཡིན། དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གསུམ་ཡོད་དེ་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་སྤྱོད་  
 བས་ལྟ་གཞན་ལ་སྐྱབས་སྤྱོད་འགོ་བ་དང་། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སྤྱོད་བས་སེམས་ཅན་



ལ་གཞོན་འཆོ་སྤྱང་བ་དང་། དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་གྲོགས་སུ་སྟོགས་  
 ཅན་དང་མི་འགྲོགས་པའོ། དང་པོ་ནི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་དྲག་པོ་དང་བྱབ་འཇུག་  
 སྟགས་ལ་ཡང་ཡུགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་མི་འཛིན་ན། ཡི་དྲགས་སུ་གྱུར་བའི་གཞི་བདག་  
 དང་ཁྱུ་ལ་ལྷ་ཅི་སྟོས་གསུངས་ཏེ་གཞི་བདག་ཡིན་ཟེར་བའི་ཡི་དྲགས་དང་ཁྱུ་རྒྱུད་  
 རྒྱུད་དེ་ཆོ་ལ་ཏ་ཡུགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་ག་ནས་བྱེད་རུང་སྟེ་དེ་དག་ལས་བསོད་ནམས་  
 ཆེས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པའི་དྲག་པོ་དང་བྱབ་འཇུག་སྟགས་ལ་འང་ཡུགས་ཀྱི་  
 སྐྱབས་སུ་བྱེད་མི་རུང་བའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན། འདིའི་ཡུགས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་  
 འཛིན་པའི་དོན་ཐར་བ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དོན་དུ་སྐྱབས་སུ་བབྱུང་བ་ཙམ་  
 ལ་མི་བྱེད་པར། དཀོན་མཆོག་ལས་དེ་དག་ལ་གཅིགས་ཆེ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་དཔེར་ན་  
 རང་ཉིད་ནད་དྲག་པོ་ཞིག་གི་བཏབ་ནས་ཐབས་ཅི་བྱས་ཀྱང་མ་ཡན་པའི་ཆོ་ངས་  
 དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དེ་ཙམ་ཡུལ་དགེ་འདུན་ལ་བསྟེན་བཀྱར་དེ་ཙམ་ཞུས་ཀྱང་  
 མ་ཡན། ད་འདི་གཞོན་པ་ཡིན་འདུག་ཟེར་ནས་དེ་འདྲ་ཞིག་ལ་རེ་བ་བྱུང་ན་དེ་  
 དཀོན་མཆོག་ལས་ཀྱང་དེ་དག་མཐུ་ཆེ་བར་འཛིན་པའི་ཉགས་ཡིན་པས་ཡུགས་ཀྱི་  
 སྐྱབས་གནས་སུ་འཛིན་པ་རང་ཡིན། འོན་ཀྱང་དེ་དག་ལ་གནས་སྐབས་ཀྱི་གྲོགས་  
 འཆོལ་བ་ཙམ་ལ་སྟོན་མེད་གསུངས་ཀྱང་ཡུགས་ནས་དེ་འདྲ་དང་འདྲིས་འདྲིས་མེད་  
 པ་འདི་རང་གལ་ཆེ། ཇི་སྟེ་གྲོགས་འཆོལ་དགོས་པ་བྱུང་ཀྱང་འཆོལ་ལྷགས་ནི་  
 དཔེར་ན་ནད་གསོ་ཕྱིར་དུ་ཡིན་ན་བསང་གསུར་སྟགས་བཏང་ནས་དྲི་ཟེའི་རིགས་  
 ཡིན་ན་དྲི་དང་གཞན་ལ་སྟེ་མར་སྟགས་ཟས་སྒྲ་འཛོམས་པར་བསགས་ནས་བསྟོས་ཏེ་  
 རང་མཐོ་མཐོ་བ་ལྟ་བུ་དང་། དེ་དག་དམའ་དམའ་བར་བསམས་ནས་ང་ལ་གཞོན་  
 པ་མ་བྱེད་ཅིག དེ་བྱས་ན་ཁྱོད་རང་ལ་སྟོག་པ་ཆེ་བ་ཡིན་པས་སྟོན་པས་ཀྱང་།  
 སྟོག་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱ་སྟེ། ། དགེ་བ་ཡུན་སུ་མཆོགས་པར་སྦྱད། ། རང་གི་སེམས་ནི་  
 ཡོངས་སུ་འདུལ། ། འདི་ནི་སངས་རྒྱས་བཟླ་ན་པ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན།



247



ལས་མི་ཡོང་། ཡང་དང་སང་ན་ཆ་ཞིག་བྱང་ཕྱིན་གནོད་པ་ཡིན་པ་འདྲ་བ་ཞིག་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཟེར་ཏེ། རྟོན་གྱི་ནད་ཐམས་ཅད་ལ་རྒྱལ་བཅན་དང་། རྟོན་གྱི་  
 ནད་ཐམས་ཅད་ལ་ས་བདག་གི་འཛིན་བདག་རེ་ཡོང་བར་སྒྲན་གྱི་རྒྱུད་ལས་གསུངས་  
 པ་ཡིན་པས་ཕྱན་དུ་འཛིན་བདག་ལས་གནོད་པ་ཡིན་པའི་ངེས་པ་མེད། དེ་ཡང་  
 ཁོ་རང་ཆོ་རང་དབང་མ་འདུས་དྲགས་ནས་གནོད་པ་བྱས་པ་མིན་པ་རང་དབང་མེད།  
 རང་དབང་མེད་ལྷགས་ཀྱང་སྤྱུ་འདི་ཆོ་ནི་ཁོ་རང་ཆོ་ཡང་མཉམ་དུ་ན་ནས་སྟོན། མི་  
 དེ་མ་དྲག་པར་ཁོ་རང་ཆོ་ཡང་དྲག་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་པས་རང་དབང་གཏན་ནས་  
 མི་འདུག་བ་ཡིན། དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གཉིས་པ་ནི་ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ཡི་  
 དྲགས་དུད་འགྲོ་སོགས་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་རྟེན་པ་དང་ཐག་པ་  
 སོགས་ཀྱིས་འཆིང་བ་དང་དུད་འགྲོ་སོགས་མི་འདོད་བཞིན་དུ་རྩ་བ་ངན་པ་ལ་འཇུག་  
 པ་དང་། མི་བཅོན་དུ་འཇུག་པ་ནི་གོ་རར་འཇུག་པའི་དོན་དང་། ཁལ་ཡང་ཁྱག་  
 ཆོད་བཀལ་བ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་གསུངས་ཀྱང་མི་ཁྱག་བཞིན་དུ་ཁལ་མང་པོ་བཀལ་  
 བ་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་འབྱུང་། གནོད་འཆེ་སྤྱང་བ་  
 ཡང་ཆགས་ཞིན་སྤྱང་བ་ལ་རག་ལས་ཏེ་ཆགས་ཞིན་ཡོད་ན་དེས་དྲངས་ནས་གནོད་  
 འཆེ་ཡོང་ངེས་ཡིན། དགག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་གསུམ་པ་ནི་བོད་འདིར་སྤྱི་ལོ་གསུལ་གྱི་ལྷ་  
 བ་འཛིན་པ་མེད་ཀྱང་སྤྱི་ལོ་གསུལ་ཅན་ཡོད་བྱས་ཀྱང་ཆོག དེ་གང་ཡིན་ན་དཀོན་  
 མཆོག་གསུམ་ལ་སེམས་ཀྱིས་ཡིད་མི་ཆེས་ཤིང་ཁ་ནས་ཀྱང་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་ཡོད།  
 དེ་དག་ལ་སེམས་ཀྱིས་སྟོང་རྗེ་བྱ་དགོས་ཀྱང་ལུས་ངག་གི་སྒྲོ་ནས་མཉམ་དུ་ཟ་རེས་  
 འབྱུང་རེས་ལབ་རེས་ཚུན་ཆད་བྱས་ན་ཡང་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱ་དང་འགལ་བའི་  
 ཉེས་པ་འབྱུང་། བསྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ལ་ཡང་གསུམ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་ལ་  
 སྐྱབས་སུ་སོང་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱི་གཟུགས་ཚུན་ཆད་ལ་སངས་རྒྱས་དངོས་དང་  
 འདྲ་བར་གྱུས་པར་བྱ་བ། ཆོས་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ཆོས་ཆོགས་བཞི་པའི་ཡིག་ན་



ཡན་ཚེད་ལ་ཚོས་དཀོན་མཆོག་དངོས་འགོག་ལམ་དང་འདྲ་བར་གྲུས་པར་བྱ་བ།  
 དགེ་འདུན་ལ་སྐྱབས་སུ་སོང་བས་ཉགས་ཅམ་འཛིན་པ་ཡན་ཚེད་ལ་དགེ་འདུན་  
 དངོས་དང་འདྲ་བར་གྲུས་པར་བྱ་བའོ་གསུངས་ནས་ཚིག་ལ་མཛད་དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སྐྱ་གཟུགས་ཤིས་པ་ལ་དཔྱད་མི་གདགས་ཞེས་པ་ཡག་ཉེས་སོགས་བརྟན་འདོགས་  
 མང་པོ་བྱེད་མི་ཉན་པ་དང་། འོ་བརྒྱལ་སར་མི་བཞག་པ་ནི་བྲག་འོག་སོགས་ཆར་  
 ཟུའི་སྒྲིན་ཡོད་སར་མི་བཞག་ཚུ་ཁང་རྒྱབ་ན་ཅུང་དྲག་ཀྱང་དོན་དུ་ཉེན་གསུམ་སྤྱི་ལ་  
 བསྐྱལ་ན་རང་གི་བདེ་སྤྱིད་སྤྱི་ལ་བསྐྱལ་བ་ཡིན། དེ་དག་འོ་བརྒྱལ་བ་མེད་ཀྱང་རང་  
 ཉིད་འོ་བརྒྱལ་དུ་འཕྱག་པ་ཡིན་པས་རང་གིས་མི་སྤྱིལ་གཞན་གྱིས་འོ་བརྒྱལ་སར་  
 བསྐྱལ་པ་འདུག་ན་ཡང་རང་གིས་དངོས་སུ་གདན་འདྲེན་བྱུང་ན་འོ་མི་བརྒྱལ་སར་  
 གདན་འདྲེན་ཞུ་ཞིང་། མ་བྱུང་ཀྱང་གདན་འདྲེན་ཞུ་རྒྱུ་དང་ན་སྟམ་པའི་འཕེན་པ་  
 རེ་མ་བཏང་ན་སྐྱབས་འགོའི་བསྐྱབས་བྱ་དང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་འབྱུང་། དེ་བཞིན་  
 དུ་སྐྱ་གཟུགས་གཏང་མར་འཛིག་པ་སོགས་མི་བྱ་བར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་རྒྱ་  
 ངན་པ་ཤིང་ལས་བཀྲིས་པ་ཞིག་ཡིན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་འདྲ་ཤིས་ཀྱི་ཕྱག་  
 མཆོད་བྱ་བར་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྤོན་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་དུས་སུ་ཤིད་བྱ་  
 སེར་སྐྱ་ཟེར་བ་ཞིག་གིས་སྒྲོབ་དཔོན་ངན་པའི་ཁ་ལ་ཉན་ནས་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་  
 གི་ཉན་ཐོས་ན་མས་ལ་ཁྱོད་ནི་སྤང་པོའི་མགོ་འདྲའོ་ཞེས་སོགས་ངན་སྤྲུལ་མི་འདྲ་བ་  
 བཅོ་བརྒྱད་བྱས་པས། ལྷས་ཆད་ཤིན་དུ་ཆེ་བ་སྤོན་ཞུས་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱ་སྤོན་ཉའི་  
 རིགས་ཅན་གང་ངན་སྤྲུལ་བྱས་པ་ལྟར་གྱི་མགོ་བརྟན་མི་འདྲ་བ་ཅོ་བརྒྱད་ཡོད་པ་  
 ཞིག་དུ་སྤྱེས་ནས་སྤོན་པས་ཀྱང་དེར་བྱོན་ནས་བྱུང་བ་ལྷང་བརྟན་པར་མཛད་པ་ལྟ་  
 བྱ་དང་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་གསུང་བ་ནི་དགེ་འདུན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་  
 བརྟན་འཛིན་པ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་པ་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་  
 ངན་སྤྲུལ་སོགས་བྱ་མི་དུང་ན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་ལ་ག་ནས་བྱ་དུང་ཞེས་གོ་



བའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན། ཡང་སྔོན་སངས་རྒྱས་འཁོར་བ་འཇིག་མྱ་ངན་ལས་འདས་ནས་  
 རྒྱལ་པོ་མཛེས་ལྷན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་གདུང་མཆོད་པའི་ཕྱིར་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་  
 ཞིག་བཞེངས་པ་ན་མི་སྐྱ་སྤངས་ནས་སྔོན་མཁན་ཞིག་གིས་མཆོད་རྟེན་ཆེན་པོ་འདི་  
 འདྲ་བཞེངས་ཆར་དུས་གནས་ཡོང་ཞེས་སྒྲུས་ཤིང་། མཆོད་རྟེན་བཞེངས་ཆར་དུས་  
 རྒྱུ་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་ལ་འགྲོད་པ་ཆེན་པོ་སྒྲུས་ནས་སྐུ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་  
 དངོས་ཆས་ལ་རྒྱ་བྱས་ནས་གསེར་གྱི་དྲིལ་བུ་གཉིས་མཆོད་རྟེན་དེ་ལ་ཕུལ་བའི་བསོད་  
 རྒྱུ་སྤྱོད་ཀྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་བྱུང་བའི་དུས་སྟོན་པ་བཟང་ལྷན་དུ་སྒྲུས། དེའི་སྐབས་  
 སེར་འཕྲེང་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་མི་མང་པོ་བསང་དེ་སེར་མོ་བྲེགས་ནས་མགུལ་པར་གྱུར་  
 ཡོང་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། དེས་མི་དགུ་བརྒྱ་དང་དགུ་བརྒྱ་གོ་དགུ་བསང་ནས་གཅིག་  
 བྱུང་ན་སྔོང་ཕྱག་ལོང་པ་ཡོད་པར། དེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེད་པ་ན་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་བྲོས་པའི་ཚུལ་མཛད་པར་དེས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་སྔོན་བྱས་པར་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཁྱོད་རང་སྔོན་ན་ང་བསྐྱེད་ཡོད་གསུངས་པས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱི་གསུང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སེར་འཕྲེང་ཅན་དག་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་ཐོབ།  
 དེའི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་གྱི་ང་ཚོའི་ཡུལ་འདིར་སེར་འཕྲེང་ཅན་ཞེས་བྱ་བ་མི་མང་  
 གསོད་མཁན་ཞིག་ཡོད་འདུག་པས་དེ་ལ་བྲིམས་བྱེད་དགོས་པར་འདུག་པས་སྔོན་ལ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཁྱའི་སྒྲུལ་ནས་སྤང་པོ་ཆེ་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ལ་ཞོན་ནས་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུང་དུ་སོང་བ་ན་སྤང་པོ་ཆེ་འགྲོར་མི་ཉན་པ་ལ། རྒྱལ་པོས་ཉན་པས་  
 དབྱངས་ཤིན་དུ་སྟོན་པ་ཞིག་ཐོས་ཏེ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་བྱུང་དུ་སོང་ནས་རྒྱ་མཚན་  
 ཞུས་པས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་སེར་འཕྲེང་ཅན་ནི་གྲོལ་བྱེད་པས་བྲིམས་ལ་སྐྱར་  
 བ་མི་རིགས་གསུངས། འོ་ན་དབྱངས་སྟོན་པ་འདི་འདྲ་ཞིག་འདུག་པ་གང་ལགས་  
 ཞུས་པས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས། དེ་ནི་ཆེ་དང་ལྷན་པ་སྟོན་པ་བཟང་ལྷན་གྱི་  
 དབྱངས་ཀྱི་ང་འོ་ཡིན་གསུངས་པས་རྒྱལ་པོ་དང་ནས་དེ་མཛུལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ཞུས་



བས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ད་ལྟའི་དེ་ཁར་བཞག་ན་ཡག་པོ་ཡོད་མཇུག་དུ་ཕྱིན་  
 བ་དད་པ་ལོག་ཉེན་ཡོད་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ནི་སྤར་ཁྱུས་པ་ལྟར་མཆོད་ཉེན་ལ་དེ་  
 ལྟར་སྤྱོད་པའི་ཉེས་པས་སྐྱ་གཟུགས་ཤིན་ཏུ་ངན་པ་དད་པ་སྐྱེ་རྒྱ་ལྟ་ཞོག་མཇུག་བ་  
 ཅམ་གྱིས་སྐྱ་གཟུགས་བའི་གནས་སུ་སྐྱར་བ་ལྟ་བུ་ལ་དྲིལ་བུ་སྤུལ་བའི་འབྲས་བུར་གསུང་  
 སྟན་པ་དུད་འགྲོ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་ཉན་ནས་སྡོད་དགོས་པ་བྱུང་བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་  
 དགེ་བ་གསོག་པ་ལས་བསྐྱུང་བ་གལ་ཆེ་ཚུལ་སྟོན་ཁྱུས་པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ་ཁོང་གིས་ཀྱང་  
 ངན་སྤྱོད་དེ་མ་མཛད་ན་སྐྱ་གཟུགས་ངན་པར་མི་འགྱུར། དེར་མ་སྐྱར་པས་གསུང་  
 དེ་ཤིན་ཏུ་སྟན་པའི་དབང་གིས་གཞན་ལ་ཆོས་སྟོན་པ་མཛད་ཆེ་པན་ཤིན་ཏུ་ཐོགས་  
 ལ། རང་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ཀྱང་སྤྲོ་མ་སོགས་ཀྱི་བྱུགས་ལ་འདོགས་པར་འགྱུར་  
 བ་ཡིན་པ་ལ་དགེ་བ་དཀར་རྒྱུད་མ་བསགས་པས་འབྲས་བུ་སྐྱོགས་ཅེ་བ་ལས་མ་བྱུང་  
 བ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་སྐྱ་འདྲ་སོགས་ལ་འདི་འདི་དང་འདྲ་  
 ཞེས་སྤྱོད་བ་དང་། གཞན་གྱིས་རྒྱ་བཟང་པོ་རིན་པོ་ཆེ་ལས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་  
 རྒྱབ་ཀྱང་དེ་ལ་འཕྱ་བ་དང་། ཡང་སྐྱ་གཟུགས་ཆེན་པོ་ཆེན་པོ་རྒྱབ་ཀྱང་དེ་འདྲའི་  
 ཆེན་པོས་ཅི་ཡོང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོན་ས་འཕྱ་བ་དང་། དེ་ལས་སྟོན་པའི་ཁ་གཏོགས་  
 ཅས་པ་རང་གི་ཁ་ལྟ་འགྲོ་ས་ཡིན་ན་དེ་འདྲ་བྱེད་རང་འགྲོས་སྒྲོ་ཆེ་རོགས་ཡིན་ཞེས་པ་  
 སོགས་ཀྱི་སྐྱ་གཟུགས་བཞེང་པ་ལས་སྟོན་པར་བྱེད་པའོ། རྒྱ་ངན་དུ་གཏོང་བ་དང་  
 རྒྱ་དུ་གཏོང་བའི་ཐབས་མི་བྱེད་པར་དེ་ལ་ཞལ་འདེབས་འབུལ་བ་དང་ཁོ་རང་གི་  
 དེ་ནས་ཀྱང་སྤར་བའི་ཐབས་བྱེད་དགོས། ཡ་མེས་བྱང་རྒྱལ་རིན་ཆེན་གྱིས་འཇམ་  
 དབྱངས་ཀྱི་སྐྱ་ཞིག་རྩོམ་པོ་ལ་གཟིགས་སུ་སྤུལ་ནས་འདི་ལྟགས་ཉེས་ཅི་འདྲ་ལྟགས་ན་  
 རོང་པ་མགར་དགོས་བྱིན་པའི་གསེར་ཞོ་བཞི་བྱིན་ནས་ལེན་པ་ལགས་ཁྱུས་པས།  
 རོང་པས་སྐྱ་དེ་དབུའི་ཉིང་དུ་བཞག་ནས་རྩི་བཅུན་གྱི་སྐྱ་ལ་མི་ལྟགས་པ་མེད་ལྟ་བུ་བཟོ་ནི་  
 འབྲིང་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་སྐྱ་འདྲ་དང་ཐང་ཀ་སོགས་ལ་བྱོན་མི་



ལེགས་མི་བེར་བའི་ལྷ་བཟོ་ཡག་ཉེས་ལ་བ་ན་ནི་ཉེས་པ་མེད། སྐབ་པའི་བསྐབ་བྱ་  
གཉིས་པ་ནི། ཆོས་ཆོག་བཞི་པ་ཡན་ཆད་ལ་མ་གུས་པ་དང་སྒྲིགས་བཅ་གཏའ་མར་  
འཛིག་པ། ཟོང་དུ་བྱེད་པ་ཞེས་པ་ཉི་འཆོང་སྒྲིགས་བྱེད་པ་དང་། དེ་ཡང་དཔེ་ཆ་  
དང་སྐྱེ་འབྲས་སྒྲིགས་བསྐྱེས་པ་ཡིན་ཟེར་མི་ཉན་གདན་འདྲེན་ཞུས་པ་ཡིན་ཟེར་དགོས།  
དཔེ་ཆ་སྒྲིགས་རྒྱུ་པར་ས་ལ་འཛིག་པ་ལྷན་དང་སྒྲིགས་ཏེ་འབྲུར་བ་དང་འགོ་མ་  
ཡུགས་སྒྲིགས་བྱེད་མི་ཉན། དེ་འབྲས་སྐྱེན་པས་མ་གཏོགས་བྱེད་དོགས་མེད་སྐྱེ་ན།  
འདི་ཆོ་དཔེ་ཆ་དང་ཐག་ཉེ་པོ་བྱེད་པ་ན་མས་ལ་ཉན་ཆེ་སྟེ། ཁོང་ཁྱོ་སྐྱེས་ནས་ཆོག་  
བཟོས་པ་དང་ཐུག་ན་དཔེ་ཆ་ལ་འཛིག་ཏུང་གཏོང་བ་དང་འགོ་མ་ཡུགས་གཏོང་བ་ལ་  
ཡང་འ་ལོང་མི་ཡོང་སྟེན་བཀའ་གདམས་པའི་དུས་སྟོན་ལུང་པའི་བཅུན་པ་ཞིག་གི་  
ལྷན་དང་ཤོ་ཀ་ལྟེ་སྒྲིགས་ནས་འབྲུར་བྱིན་པས། མི་གཉིས་དང་ཐུག་པ་ན་མི་དེ་  
གཉིས་ཀྱིས་དགོ་སྟོང་ལགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་དང་ལྷན་མཉམ་དུ་བྱེད་ཏུང་ངམ་  
བྱས་པས། བཅུན་པ་དེས་སངས་རྒྱས་ཨ་པོ་ལ་མ་གྲུབ་བྱས་པ་ཡིན། དེ་འབྲས་བྱས་ན་  
སངས་རྒྱས་ཨ་པོ་ལ་མ་གྲུབ་པ་རང་ཡིན། དགོ་བཤེས་སྐྱེན་སྲ་བ་དཔེ་ཆ་གདན་  
ཏུངས་པ་གཟིགས་ཅ་ན་ཐུག་མཛད། བྱིས་དགྲུང་ལོ་ཕེབས་ནས་བཞེངས་མ་ཐུབ་  
དུས་ཐུག་ཐལ་མོ་སྟུར། རྩོམ་མངའ་རིས་སྐྱེ་ཕེབས་སྐབས་སྒྲིགས་པ་ཞིག་རྩོམ་ལ་མི་  
དད་པར་ཁ་གཏོང་པ་ལ། རྩོམ་དང་སྒྲིགས་པ་གཉིས་གཡོད་ས་ཞིག་དུ་ཡིག་མཁན་  
ཞིག་གིས་སོ་དྲིག་གིས་ཆོས་ལ་སྐྱེད་པ་རྩོམ་གཟིགས་ནས་མ་བཟོད་པར་ཨ་ཅ་མ་མི་  
ཏུང་མི་ཏུང་གསུངས་པས། སྒྲིགས་པ་དེ་རྩོམ་ལ་དད་ནས་ཆོས་ཉན་པ་ཡིན། ང་  
རང་ཆོད་བསམ་སྟོབྱ་བཏང་ན་སྒྲིགས་པ་དེ་ཡང་ཞེད་པོ་ཞིག་ཡིན་འདུག་སྟེ་རྩོམ་  
ལས་འབྲས་སྐྱེ་མོ་ལ་འཛིམས་པ་ལ་སྒྲིགས་པ་དེ་དད་པ་སྐྱེས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཤར་  
བའི་ཞལ་ནས་ཆོས་ལ་རྩེད་མོ་སྒྲིགས་སྲར་ཞུས་ཟིན། སྐབ་པའི་བསྐབ་བྱ་གསུམ་པ་  
ནི་དགོ་ཆུལ་སྟོང་དངོས་པར་བཞག་ཉགས་ཅམ་འཛིན་པ་ཆུན་ཆད་ལ་ཡང་སེམས་



གྲིས་བརྒྱས་བཅས་བྱ་མི་རུང་སྟེ། སངས་རྒྱས་གྱི་མདོ་ལས། མེ་ཏོག་ཙམ་པ་ཀ་ནི་  
 ཀས་གྱུར་ཀྱང་། ། མེ་ཏོག་པལ་པ་གཞན་གྱི་དོ་ཟླ་མིན། ། ང་ཡི་ཉན་ཐོས་ཚུལ་  
 བྲིམས་འཆལ་གྱུར་ཀྱང་། ། ལུ་སྟེགས་པལ་པ་གཞན་གྱི་དོ་ཟླ་མིན། ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་རྒྱད་ལ་སྟོམ་པ་མེད་ཀྱང་རྟགས་ཙམ་མ་དོར་བར་བསྐྱད་པར་བྲིམ་པ་སོགས་  
 གྲིས་རྟགས་ཙམ་འཛིན་པ་ལའང་རབ་བྱུང་དངོས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་བཞག་ནས་བསྟེན་  
 བཀུར་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྲིམ་པ་དེ་ལ་བསྟོན་ནམས་རྒྱབས་ཆེན་གསོག་པའི་རྒྱར་  
 འགྲོ་བ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་པས། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་ཁོ་ནི་  
 ཚུལ་བྲིམས་འཆལ་ལ་ང་ནི་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་པའོ་སྟམ་པ་དང་། ཁོ་ནི་སྡེ་སྡོད་མི་  
 ཤེས་ལ་ང་ནི་སྡེ་སྡོད་ཤེས་པའོ་སྟམ་པ་དང་། ཁོ་ནི་བསྐྱབ་གཞི་ཡོངས་སུ་མ་རྩོགས་པ་  
 དགེ་ཚུལ་ལྟ་བུ་ཡིན་ལ། ང་ནི་བསྐྱབ་གཞི་ཡོངས་སུ་རྩོགས་པ་དགེ་སྦྱང་ལྟ་བུ་འོ་སྟམ་  
 པ་དང་། ཁོ་བསྐྱབ་པ་གཞོན་ལ། ང་ནི་བསྐྱབ་པ་ཀན་པའོ་སྟམ་པ་སོགས་མི་བྱ་  
 བར་ཐམས་ཅད་ལ་གྲུས་པར་བྱེད་དགོས། སྤར་བྱས་པ་དེ་དག་རང་བཞིན་བསམ་  
 པ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་དེ་འདྲའི་སྒྲི་ནས་ཁེངས་སེམས་མི་བྱ་བ་ཡིན། སྤར་བྱས་པའི་  
 ཚུལ་བྲིམས་དང་བྲལ་བའི་རབ་བྱུང་གི་རྟགས་ཙན་དེ་དག་ཙ་བ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་  
 མདོ་ལས་གསུངས་ཏེ། རྟགས་ཙན་དེ་དག་སྤང་ཆེན་ཤི་བའི་རོ་དང་། སྤང་བ་ཤི་བའི་  
 རོ་དང་འདྲ་གསུངས་ཏེ། རོ་དེ་དག་སྤང་བ་དང་སྤང་ཆེན་དངོས་ཀྱི་དབུས་སུ་རོ་ཡིན་  
 པས་ཕན་མི་ཐོགས་ཤིང་། དེ་དག་གི་བྱ་ནས་བྱད་པ་ཡིན་ཀྱང་། སྤང་ཆེན་ཤི་བའི་  
 རོ་ལ་གྱི་མི་དང་། སྤང་བ་ཤི་བའི་རོ་ལ་སྤང་ཆེན་ཡོད་པ་དེ་གཞན་གྱིས་སྤངས་ན་སྤོན་ཡིན་  
 པས་དེས་གཞན་མང་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་འགྱུར་བ་དེ་བཞིན་དུ། རྟགས་ཙན་དེ་  
 དག་དགེ་འདུན་གྱི་དབུས་སུ་རོ་དང་འདྲ་ཞིང་བསྟེན་བཀུར་སོགས་ལ་ལྟན་ཅིག་  
 ཡོངས་སྦྱོད་མི་རུང་བས་དགེ་འདུན་གྱི་བྱ་ནས་བྱད་པ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་རྟགས་ཆ་ལུགས་  
 བྱད་པར་ཙན་དེ་མ་དོར་བ་ལ་བརྟེན་ནས་འགྲོ་བ་གཞན་མང་པོ་ལ་ཕན་ཐོགས་པར་



འབྲུར་བ་ཡིན། ཡང་གྲུ་ས་པན་ཚུན་གྲུ་ཆང་པན་ཚུན་ཁམ་ཆན་མི་ཆན་སྒྲིལ་ས་རུས་  
 ཁུངས་ཚུན་ཆད་གྱི་སྒྲོང་ས་ཞེན་ངན་པ་ཁོང་དུ་བཅུག་ནས་དགེ་འདུན་གྱི་སྒྲེལ་རིས་  
 སྲུབ་ཅད་ནས་བྱིད་ཆོ་དང་ང་ཆོ་ཟེར་བ་སོགས་ནི་རང་ཕྱང་བར་འབྲུར་བའི་ལས་  
 ཆབས་ཆེ་ཤོས་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱེད་མི་ཉན། དེར་མ་ཟད་  
 གཞིན་པས་བགེས་པ་ལ་གྲུས་ཞབས་གང་ཆེ་དང་། བགེས་པ་ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་  
 གི་ཁ་འོག་དུ་འདུ་བའི་གཞིན་པ་ནམས་ལ་པན་སེམས་བསྐྱེད་ནས་འདི་མ་མཐའ་ང་  
 རང་ལས་ཡོན་ཏན་མི་ཞན་ཅམ་ཨེ་ཡོང་དགོངས་པའི་ཐུགས་ཀྱིས་ཆ་འཇམ་སྒྲ་ཆོགས་  
 གྱི་སྒྲོ་ནས་སྒྲིག་ལམ་ཁུར་ལུགས་དང་། སྒྲོབ་གཉེར་བྱེད་ལུགས་སོགས་ལུགས་པར་  
 བསྐྱབ་སྟེ་རྒྱུང་ཟད་ཉན་པ་ནམས་ལ་ཇ་ཕོར་བ་རེ་ཅམ་དང་ཆོག་གི་ལུགས་སོ་ཚུན་  
 ཆད་མཇུག་ན་དགེ་འདུན་མཐུན་པ་དང་། དེ་ལ་བཞེན་ནས་མགྱོགས་པོ་རང་དགེ་  
 འདུན་གྱི་སྒྲེ་རྒྱས་པ་དང་རྒྱས་པ་མི་འདྲ་བ་རྒྱས་ཡོང་གསུངས། ལྷག་བསམ་བསྐྱུལ་  
 བ་ལས། ཡོན་ཏན་འདོད་པ་ནགས་ན་གནས་པ་ཡིས། ། ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སྲུ་  
 ནགས་ན་གནས་པའི་དགེ་སྒྲོང་གིས་དགེ་སྒྲོང་དམན་པ་གཞན་ལ་བརྟན་མི་རུང་བར་  
 གསུངས་པ་ནི། བཟོད་བྱ་ཐོས་པ་བཅའ་བར་བྱ། ། དེ་ནས་ནགས་སྲུ་གནས་པར་  
 བྱ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྷར་གྱི་དབེན་པར་གནས་པ་ནམས་ལ་བདག་ནི་དགེ་སྒྲོང་  
 དགོན་པ་པ་ཡིན་ལ། གཞན་ནི་གྲོང་བྱིར་པའི་སྒྲམ་པའི་ཁེངས་སེམས་དགག་པའི་  
 བྱིར་གཙོ་བོར་དབེན་པར་གནས་པ་སྒྲོས་པ་མ་གཏོགས་དོན་དུ་ཐམས་ཅད་ལ་འདྲ་བ་  
 ཡིན། རྒྱགས་འདི་བག་མེད་ཀྱན་གྱི་ཅ་བ་སྟེ། ། ཞེས་པའི་དོན་ནི། གཞིན་རྒྱ་ཆོས་  
 བྱེད་པའི་དུས་སྒྲ་ཆོས་བྱེད་རྒྱ་པར་བཞག་གྲུ་བ་ལོག་པ་ཚུན་ཆད་ཡོང་བ་ཡང་ལང་  
 འཆོས་རྒྱགས་ནས་མ་བྱུང་བ་ཡིན། སྒྱུན་པ་མི་གཏོང་བ་ཡང་ལོངས་སྒྲོད་ཀྱིས་  
 རྒྱགས་ནས་མ་བྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོན་གྱི་བཞེན་སྒྲིལ་གྱིས་བྱིམ་བདག་མང་པོ་སྒྱུན་པ་  
 ལ་བསྐྱུལ་བ་ན་བྱིམ་བདག་འགའ་ཞིག་གིས་ད་ལྟ་ལོངས་སྒྲོད་གསོག་པའི་དུས་ཡིན་



བས་སྦྱོར་པ་འཆིལ་བཏང་ཆོག་ཟེར་བའི་ངང་ནས་ཤི་སྟེ། གོ་བཞིན་སྦྱོས་གྱིས་དེ་  
 དག་ཡི་དྲགས་སུ་སྦྱོས་ཡོད་འགྲོ་དགོངས་ནས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་གནས་སུ་གཟིགས་སུ་བྱོན་  
 པས། ཡི་དྲགས་དེ་དག་ན་རེ། བད་མེད་རྒྱགས་པས་སྦྱོས་པ་དང་། ། འཆོ་བ་  
 རྒྱགས་པས་སྦྱོས་པ་ཡིས། ། སྦྱོར་པ་གཏོང་བར་མ་རུས་པས། ། བདག་ཅག་ཡི་  
 དྲགས་གནས་སུ་ལྟགས། ། ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། བསྐྱལ་པ་གཅིག་གི་ཞེས་  
 སྟགས་ཀྱི་དོན་ནི། དགེ་སྦྱོང་དམན་པ་དེ་དག་ལ་དགེ་སྦྱོང་མཆོག་གཞན་གྱིས་  
 བརྟམ་སྦྱོས་སྟགས་བྱ་མི་རུང་སྟེ། འདིའི་བསྐྱལ་པ་ཞེས་པ་སྐད་ཅིག་ཐང་ཅིག་ལ་  
 བྱས་ནས། སྐད་ཅིག་ཐང་ཅིག་ཡུན་ལ་ཐར་བ་མི་ཐོབ་པ་ནི་དགེ་སྦྱོང་དེ་གཉིས་འདྲ་  
 འདྲ་ཡིན་པར་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་མཆན་དུ་གསུངས་ཤིང་། དོན་དུ་དགེ་སྦྱོང་  
 དམན་པ་དེས་ཆོས་ཉམས་སུ་སྤངས་ནས་རིམ་གྱིས་ཐར་པ་ཐོབ་པར་འགྱུར་བ་ནི་གོ་  
 རིམ་མཐ་བབས་འབྲེལ་ཡིན། དགེ་སྦྱོང་མཆོག་དེས་ཁེངས་སེམས་བྱེད་ཀྱིན་བསྐྱད་  
 བ་ཁེངས་སེམས་དེ་དང་མ་བུལ་བ་དེ་སྤྲིད་དུ་ཐར་པ་ཐོབ་པར་མི་འགྱུར་ཞེས་པའི་  
 དོན་ཡིན། དེ་ལྟར་དགེ་འདུན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་འཛིན་པ་པར་བཞག་ལྟར་པ་སེར་  
 བོ་ཚུན་ཆད་ལ་ཡང་འགོ་མ་ཡུགས་མི་གཏོང་ཞིང་གཙང་སར་སྦྱེལ། དེ་ལྟར་རང་  
 ཉིད་དཀོན་མཆོག་ལ་ཇི་ལྟར་གྱུས་པ་དེ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བ་རྣམས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་  
 གྱུས་པར་འགྱུར་བ་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱལ་པོའི་མདོའི་ལུང་གི་ཁུངས་དང་བཅས་ཏེ་  
 གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་སོ་སོའི་བསྐྱལ་བྱ་སོང་ནས་བྱན་མོང་གི་བསྐྱལ་  
 བྱ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་དང་ཡོན་ཏན་རྗེས་སུ་བྱན་པས་ཡང་དང་  
 ཡང་དུ་སྦྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་གཅིག་བཀའ་དྲིན་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་བྱན་པས་དུས་  
 ཏྲག་དུ་མཆོད་པ་ལ་བཙོན་ཞིང་བཟའ་བ་དང་བཅའ་བའི་ཕུད་ཀྱང་དབུལ་བ་དང་  
 གཉིས། སྦྱང་རྗེ་ཆེན་པོ་རྗེས་སུ་བྱན་པས་འགྲོ་བ་གཞན་ཡང་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ལ་  
 འགོད་པ་དང་གསུམ། བྱ་བ་གང་བྱེད་པ་དང་དགོས་པ་ཅི་ཡོད་པ་ན་དཀོན་མཆོག་



གསུམ་ལ་མཆོད་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་ཤིང་འཇིག་རྟེན་པའི་ཐབས་གཞན་སྤྱོད་བ་  
 དང་བཞི། ཡན་ཡོན་ཤེས་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོད་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་སུ་འགོ་  
 བ་དང་ལྷ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་སྟོག་གམ་བཞད་གད་ཀྱི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ཞིང་  
 བསྐྱུང་བ་དང་དུག་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། སྤར་བྱད་པར་ཤེས་པའི་སྐབས་སུ་ཁུས་པ་  
 ལྟར་ཕྱི་ནང་གི་སྟོན་པ་དང་ཆོས་དང་ཆོགས་བཅས་ཀྱི་བྱད་པར་དང་། ནང་པའི་  
 དཀོན་མཆོག་གསུམ་པོ་ནང་པ་ཆུན་གྱི་བྱད་པར་ཤེས་པའི་སྟོན་པ་ཡོན་ཏན་སེམས་  
 པ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི་ཐ་ན་རང་ལ་ཇ་པོར་པ་གང་ཆུན་ཆད་ཀྱི་བདེ་ལེགས་གང་བྱུང་  
 ཐམས་ཅད་དཀོན་མཆོག་གི་བཀའ་དྲིན་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ་དཀོན་མཆོག་ལ་བྱས་པ་  
 གཞོ་བའི་བསམ་པས་བཟའ་བ་དུང་གི་ཕུད་འབྲུལ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྦྱོན་དང་བྲལ་  
 བའི་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། དེ་སྦྱོན་དང་བྲལ་བར་བསམ་ཚུལ་  
 ཀྱང་། སངས་རྒྱུ་ནི་སྦྱོན་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ། ཆོས་ནི་རང་གི་དྲི་སྐལ་གྱི་དྲི་མའི་  
 སྦྱོན་དང་བྲལ། དགོ་འདུན་ནི་རྒྱ་ཆོགས་གཉིས་སྦྱོན་དང་བྲལ་བ་བསགས་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་འབྲས་སུ་སྦྱོན་མེད་ལྷུར་དུ་འགྱུབ་པ་ཡིན་འདུག་པས་རྒྱུ་ནི་སྟོན་པ་སྦྱོན་  
 དང་བྲལ་བ་ཡིན་བསམས་ནས་ཇ་མཆོད་སྟོགས་ཀྱང་ངེས་པར་འདོན་དགོས་ལ།  
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་དགོ་འདུན་ལ་རྒྱུ་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་བ། ལག་བདེ་འགྲིམ་པ་  
 སྟོགས་ནི་ཤིན་ཏུ་ཚ་བ་ཆེ་སྟེ། སྟོན་གྱི་སྦྱེས་སུ་དམ་པ་མང་པོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མཛད་  
 ཅིང་། སེར་བྱེས་མཁན་པོ་རྒྱལ་མཆོན་དོན་གྲུབ་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་མཛད་དེ། ཁོང་  
 སེར་ཤར་པ་ཡིན་ཞིང་རྒྱུད་དུ་འདེབས་ནས་ལྷ་པ་བྱེད་འདོད་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་ཀྱང་།  
 དགོ་རྒྱུ་བྱེད་མཁན་གཏན་ནས་མ་རྟེན་པས་ལྷ་པ་བྱེད་རྒྱ་མ་བྱུང་བར་བྱིམ་ཐབ་  
 དང་འཕྲད་པ་ན་ལྷ་རྒྱལ་བ་ལྷ་པ་ཆེན་པོས་ལྷ་པའི་སྐལ་པ་ཡོད་མེད་ཐུགས་བརྟགས་  
 ཁུས་པས། སེ་རའི་ཆོགས་རྒྱ་ལེན། ཞལ་འགྲིམ་གྱིས་ཟེར་བ་ཞིག་བབས་པར་  
 བརྟེན། སེ་ར་ཆོགས་ཆེན་གྱི་རྒྱ་ལེན་པ་ཁོ་ན་མཛད་ནས་དགོ་འདུན་ལ་ལུས་གྱི་



བསྐྱེན་བཀྱར་ལྷག་བསམ་ནམ་དག་མཛད་པ་ན། དེའི་དུས་ཀྱི་སེར་བྱེས་མཁན་པོ་  
 དེའི་ཐུགས་ལ་འདི་ཚེ་ལ་བ་ཆེ་ལྷགས་དང་གཙང་སྒྲ་བྱེད་ལྷགས་གང་ལ་བལྟས་ཀྱང་  
 རང་བཞིན་ཞིག་མིན་འདུག་དགོངས་ནས་དགུང་ལོ་སྟུང་ཅུ་སྟོ་བདུན་ལ་ཕེབས་པ་ན་  
 གྲུ་པ་བཅོལ། དེ་ནས་ཀྱང་རེ་ཞིག་གི་བར་གྱི་ཆང་གི་ཆུ་ལེན་དུ་བཅུག་ཅིང་། སྒར་  
 ཀྱི་ཐུགས་བརྟགས་ལ་ཞལ་འགྲིམ་གྱིས་ཞེས་ཕེབས་པའི་དོན་ལྟར་ལག་བདེ་ཡང་ཆག་  
 མེད་འགྲིམས་པར་མཛད། དེ་ནས་སློབ་གཉེར་མཛད་དེ་ལྷ་རམས་པ་སྟགས་ཀྱང་  
 མཐར་ཐུན་ནས་དགུང་ལོ་དྲུག་ཅུ་རེ་བདུན་ལ་སེར་བྱེས་མཁན་པོར་ཕེབས་ཏེ་ལོ་བཅུ་  
 གསུམ་གྱི་རིང་མཁན་པོ་མཛད། དེའི་རིང་ཡང་བཀའ་ཆོས་མང་པོ་གནང་།  
 འཇིག་རྟེན་གྱི་ངོས་ནས་ཀྱང་ད་ལྟ་གྲུ་པ་ལྷག་དུ་ཡོད་པའི་བཀའ་འགྱུར་རྩ་འཁྱུལ་  
 མར་གྲགས་པ་འདི་བཞེངས་ཤིང་། དེ་ཡང་བྲིས་པ་སྟགས་གནང་དགོས་ཚུལ་གཞུང་  
 ལ་ནན་ཞུ་མཛད་པ་ན་ཐུག་མཛོད་སྟགས་ནས་བྲམ་མ་ལ་སྒྲ་ཆས་མེད་པར་དེ་འདྲ་ཞུས་  
 ནས་གང་གནང་རྒྱ་ཡིན་ཞུས་པས། ཡུ་ཅི། ང་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་མ་ཡིན་པའི་  
 རྩ་ཐོས་སྟས་ཀྱིས་ངའི་རྟགས་མི་བྱེད་དཀའ་མེད་ཡིན་གསུང་ཏེ་མགོན་ཁང་དུ་རྩ་  
 སྟས་ཀྱི་མདུན་དུ་ཕེབས་ནས་སྒྲ་བ་ཉེ་རྒྱང་ཙམ་བཞུགས། སྒྲ་བ་ན་ཤོག་བྱ་དང་  
 ལྷག་ཆ་སྟགས་གང་དགོས་ཐམས་ཅད་བཏོན་ནས་ཡོང་བར་མཛད་པ་ཡིན་གསུང་  
 རོ། །།



## ཉིན་ཉི་ཤུ་པ།

བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པར་དྲངས་པ་ལས། མི་ཡི་དཔའ་བོ་ཐོག་མའི་མཚན་  
 མོན། ། གང་ན་འཇིག་རྟེན་མངལ་ན་གནས་གྱུར་པ། ། དེ་ནས་བཙམས་ནས་དེ་  
 བྱི་ཉིན་རེ་བཞིན། ། འགྲོས་བཤོལ་མེད་པར་འཆི་བདག་དྲུང་དྲུང་འགྲོ། ། ཞེས་པའི་  
 ལུང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་དང་། སྐབས་འགྲོའི་སྐབས་  
 འདིར་སྦྱར་ཆོས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཁྱེས་པ་ལྟར་མཛད་ན་ཡང་འཕྱུས་ཤིང་། དེ་མིན་སྦྱི་  
 བོར་སྒྲ་མ་ལ་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བ་དང་། དེ་མིན་ཀྱང་སྒྲ་མ་  
 ཉིད་ཀྱན་འདུས་ནོར་བུ་ལྷགས་སུ་བྱས་ཏེ་སྦྱི་བོར་གསལ་བཏབ་ནས་བདུད་རྩི་  
 འབེབས་སྦྱང་དང་སྦྱེལ་ནས་སྐབས་འགྲོ་བྱ་ཞིང་། སྐབས་འདིར་འཇམ་དཔལ་ཞལ་  
 ལུང་ལྟར་རང་གི་ཉིས་དམིགས་ལ་འཇིགས་པའི་སྒྲོ། དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་  
 དད་པའི་སྒྲོ། རང་འདུའི་འགྲོ་བ་ལ་སྦྱིང་བཙེ་བའི་སྒྲོ་གསུམ་ཡང་ཆང་པ་དགོས་  
 པར་གསུངས་ཏེ་དེ་ཆང་ན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་འགྲོ་ཡང་ཆང་བ་ཡིན་གསུངས།  
 ཡང་དཀོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་དུན་པའི་ཆོ་སྒྲོབ་གཉིས་བ་རྣམས་ཀྱིས་ཆོ་འཕྱུལ་  
 གསུམ་གྱི་དོན་རྣམས་ཚད་པའི་དགོས་པ་ཡིན་པས་དེ་དུན་པར་མཛད་དགོས། ཆོ་  
 འཕྱུལ་གསུམ་ནི། སྦྱ་རྩ་འཕྱུལ་གྱི་ཆོ་འཕྱུལ། གསུང་ཀྱན་བཙོད་པའི་ཆོ་འཕྱུལ།  
 ཐུགས་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཆོ་འཕྱུལ་རྣམས་ཡིན། དང་པོ་ནི་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོར།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྦྱ་ལས་འོད་ཟེར་བྱེ་བ་ཕྱག་དྲུག་ཅུ་བཀྱེ་ནས་སེམས་ཅན་དཔག་དྲུ་  
 མེད་པའི་དོན་མཛད་པ་དང་། གཉིས་པ་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཐུགས་ལས་འོད་ཟེར་  
 དཔག་དྲུ་མེད་པ་བཀྱེ་ནས་འོད་ཟེར་རེ་རེའི་སྦྱེལ་པད་སྤྲོང་རེ་རེ། པད་སྤྲོང་རེ་རེའི་  
 སྦྱེལ་སངས་རྒྱས་འཁོར་བྱང་སེམས་དཔག་དྲུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ་ལ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་མདོ་



སྟོན་པར་མཛད་པ་དང་། གསུམ་པ་ནི། སངས་རྒྱུས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཤེར་ཕྱིན་  
 གསུང་བའི་ཆེ་ཉིད་ཀྱི་ཁིང་ཁམས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཁིང་ཁམས་སུ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབ་པ་  
 དང་། འཁོར་དུ་འདུས་པ་ནམས་ཀྱང་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་ཤེས་པར་བྱིན་གྱིས་  
 བརྒྱབ་པ་ཉྱ་ལྟ་སྟེ་དེ་དག་གི་དོན་དུན་བཞིན་དུ་སངས་རྒྱུས་ཡིད་ལ་བྱ། དེ་བཞིན་དུ་  
 བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ལྷའི་ལྷ་ཞེས་བསྐྱགས་ཏེ། ལེགས་བཤད་སྟོང་པོའི་འགོར།  
 བདེ་འབྱུང་སྤྱིན་ལ་ཞོན་དང་གསེར་གྱི་མངལ། ། ལུས་མེད་བདག་པོ་ཐ་གུའི་ལྷ་ལ་  
 སྐྱེས་ཀྱིས། ། སྤྱིད་ན་དྲེགས་པའི་ང་རྩ་ཆེར་སྤྱོད་ཀྱིས་པའི། ། རྩོམ་པས་འབྱུང་ནམས་  
 ཀྱིས་ཀྱང་གང་གི་སྤྱ། ། མཐོང་བའི་མོད་ལ་ཉི་མས་མེ་བྱེར་བཞིན། ། མཛད་པར་  
 བྱུར་ཆེ་མཛེས་པའི་ཅད་པར་གྱིས། ། གང་གི་ཞབས་པད་གྱུས་པས་བསྟེན་བྱེད་  
 པ། ། ཐུབ་དབང་ལྷ་ཡི་ལྷ་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷའི་ཡང་  
 ལྷ་ཡིན་ཚུལ་འདི་ལྟར་བསམ་སྟེ། ལྷ་ཆངས་པ་དང་བརྒྱ་བྱིན་སྐྱེས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་  
 ཆ་ཅམ་དུ་ཡང་བསྐྱེད་དུ་མེད་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུན་དགོས་ལ། དེ་ཡང་  
 འདི་དག་ལས་ཆངས་པ་ནི་གཏི་ཐུག་ཅན་ཡིན། གཞན་འདི་དག་ཀྱང་རེ་རེ་ནས་  
 རྒྱུན་འདི་དང་འདི་ལྟ་བུ་དང་བཅས་ནས་འདུག སངས་རྒྱུས་ལ་ནི་དེ་འདྲ་བའི་  
 རྒྱུན་གྱི་དྲི་མ་ཅམ་ཡང་མེད་སྟམ་དུ་བསམ་དགོས་གསུངས། ཡང་སྐབས་འགྲོའི་  
 སྐབས་སུ་བྱིན་བདག་མགོན་མེད་ཟས་སྤྱིན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་དུན་དགོས་གསུངས་ཏེ། བྱིན་  
 བདག་དེ་དང་པོ་ལྟ་སྟེགས་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཡང་། ལན་ཅིག་དུར་ཁྲོད་  
 བསེལ་བའི་ཆལ་དུ་སངས་རྒྱུས་ཡིད་ལ་དུན་བཞིན་དུ་བྱིན་པས་འོད་གྱི་སྤང་བ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱུང་བ་ཞིག་བྱུང་། ཁོང་རང་གིས་རྩོན་ཉེན་གསེལ་བྱེད་པའི་ལྷ་ཉེན་གྱི་ཅར་  
 སྤེབས་པ་ན་དེ་ལ་ཐུག་བཅལ་བས་འོད་གྱི་སྤང་བ་རྒྱབ་ས་རྒྱབ་པས་གར་ཡང་འགྲོ་མ་  
 ཤེས་པར་ནམ་མ་ལངས་བར་སྤྱོད་དགོས་པ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས། དེ་ཡང་སངས་  
 རྒྱུས་ཀྱིས་སངས་རྒྱུས་རང་ཉིད་དང་དེའི་སྤྱོད་ཀྱིས་ཆོས་དང་དགོ་འདུན་ལ་སྐབས་འགྲོ་



བྱེད་པར་གསུངས་པ་ནི་ན་རྒྱ་བྱས་པ་མ་ཡིན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆེ་བ་ལ་དེ་ལྟར་གནས་  
 པ་ཡིན་པས་དེ་ཁོ་ན་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་  
 ཆོགས་པ་ཚང་བར་བྱས་ནས་ལག་དྲུལ་ན་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། སྤྱོད་རྩི་བོ་ཞིག་གིས་  
 ལྟ་ཆས་བསྐྱེད་པའི་ཡོ་བྱད་མེས་གསལ་ལོན་དུ་བྱིན་པ་ན། བྱིམ་དེ་ནས་སྤྱོད་གཅིག་དྲུ་  
 མེ་བསྐྱར། གཅིག་དྲུ་རྒྱ་བསྐྱར་བས་ཁོས་ལག་པ་རེར་སྤྱོད་རེ་བེན་ནས་བྱིན་པས་  
 ཁོའི་ལག་པ་ན། དེ་ནས་ཁོ་སྤོན་པ་ཡིན་པས་སྤྱོད་གཅིག་བྱིར་བ་མགོ་ཉིག་རྟོགས་  
 རེད་བསམ་ནས་མེ་དེའི་སྤྱོད་དུ་རྒྱ་སྒྲུགས་ནས་བྱིར་བས་ཁོ་པར་སྤྱོད་པ་ན་རྒྱ་དེ་  
 འདྲག་པ་ལ་སོང་། མེ་དེ་ཤི་ནས་གང་གིས་ཀྱང་ཕན་མི་ཐོགས་པར་སོང་བ་ཡིན།  
 དེ་ཡང་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཆོགས་པ་མ་ཚང་བས་ལན་པ་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་འདི་ལ་  
 ཤིན་དུ་གཟབ་དགོས། འདི་ཡང་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱེད་པས་དོན་དུ་ལས་  
 འབྲས་ཀྱང་སྐྱབས་འགྲོའི་བསྐྱབ་བྱེད་ཁོངས་སུ་འདུ་བ་ཡིན་ཡང་རང་གི་རྒྱན་དུ་མ་  
 ཆག་པ་བྱེད་རྒྱུའི་ཁ་འདོན་སྟེན་གྱི་ཆག་མི་ཉན་ཏེ། དེ་ལ་ལས་འབྲེལ་ཆེན་པོ་  
 བཞག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དགོས་དུས་ངེས་པར་སྐྱབས་ཡོང་། དེ་ནི་སྤོན་འཕན་ཡུལ་  
 དུ་མི་ཞིག་གིས་འབྲུམ་བཙོངས་ནས་རིན་དུ་སྒྲན་མ་སྤངས། དེ་ཡང་འཕྱར་བ་  
 གཏིང་ནས་སྒྲན་མ་འཇལ་ཏེ་དུ་སྒྲུག་སྟེན་གསལ་སྒྲན་མ་རེ་རེ་བོར་བ་ཡང་སྒྲུག་དུ་  
 འཇུག་པ་སྟེན་གསལ་དུ་ཤིན་དུ་ངར་བར་བྱས་ནས་སྒྲན་མ་ནང་དུ་བསྐྱུལ། དེ་ནས་ཁོ་  
 དགོན་དུ་དགོན་དུ་སོང་སྟེ་ནམ་ཞིག་ཁོ་རང་ཤི་ནས་གཤིན་རྩི་ཆོས་རྒྱལ་ལས་མཁན་  
 དང་བཅས་པའི་སྤྱོད་བཏང་། ཁོ་རང་འབྲུམ་བཙོངས་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་བཏངས་  
 ཅད་བཟླ་ལམ་མེ་ཤར་བཞིན་དུ་ལས་མཁན་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་གི་རྟེན་ལ་ཞགས་པ་  
 བརྒྱབ་སྟེ་ཁོ་བཙོངས་བསྐྱེད་པའི་ནང་དུ་མགོ་འཇུག་སྟེན་ནས་སྒྲུགས་པའི་སྤྱོད་བཏངས་  
 བྱང་བ་ན་ཞིད་རང་དྲགས་ནས་སྟོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྒྲས་བཅས་མཐུན་ཞེས་སྐད་  
 ཆེན་པོས་བོས་ཀྱང་གནས་སྐབས་དེར་ཕན་ཚད་མ་བྱུང་། ཁོ་རང་དུས་རྒྱུན་སྤང་



བསྐྱོང་ཕྱག་རྒྱ་བ་ཁ་འདོན་བྱེད་གིན་ཡོད་པས་སྤང་བསྐྱོང་ཕྱག་རྒྱ་བ་མཐེན་བྱས་པས་  
 དེ་མ་ཐག་ཁྱོ་ཟངས་གི་ཁ་ནས་ཐྱིར་ལོག་པའི་སྤང་བ་བྱུང་བ་ན་ཁོ་འདས་ལོག་ཡིན་  
 པས་དབྱགས་ཐྱིར་གསོས་པ་དང་ནང་མི་དང་བྱ་ཕྱག་སོགས་ཐུང་ན་བྱེད་གིན་འདུག་  
 ཟེར། དེ་ནས་ཁོ་འཇིགས་ནས་དགོ་བཤེས་སྡེའུ་བྱར་པའི་སྤྱི་མདུན་དུ་ཐྱིན་ཏེ་  
 བཀའ་འདྲི་ཁྱུས་པས། དགོ་བཤེས་ཀྱིས། ཁྱོད་རང་གིས་འབྲུམ་བཙོངས་པའི་དུས་  
 འགྱུར་བཞིན་དུ་བཙོངས་པས་དཔྱལ་བར་མ་སྤྱེས་ཤིང་། ལྷག་པར་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱན་  
 དུ་སྤང་བསྐྱོང་ཕྱག་རྒྱ་བ་བཏོན་པས་ཁྱོད་རང་དེ་ལ་ལས་འབྲེལ་ཆེ་བའི་དབང་གིས་  
 དེས་སྤྱབས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དགོ་འདུན་ལ་སྤྱབས་སུ་སོང་བའི་  
 སྤྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱེད་སྤྱབས་ན་བཟའ་ལྟན་པ་དམར་སེར་རྩྭ་ཆད་ལ་ཡང་འགོ་མ་  
 དུགས་སོགས་མ་གྲས་པ་སྤང་ཞིང་དད་གྲས་བྱེད་དགོས་ཏེ། ད་ལྟ་བཞུན་པ་ཅུང་  
 ཟད་ཡོད་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱིས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱིན་རླབས་ཀྱིས་གོས་དམར་སེར་བྱང་  
 བ་མ་གཏོགས་མ་འོངས་པ་ན་བཞུན་པ་ཉམས་པའི་དུས་སྐུ་ལྱས་ཆོས་མི་ལོན། སྤྱི་  
 གྱིས་སྤྱར་མི་འགྲོ་བ་ཡིན་པས་ང་རང་ཆོས་གནད་འདི་ཆོ་མ་ཤེས་པར་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་  
 གསོག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྡོན་རྒྱ་གར་དུ་མི་ནག་ཅན་འགའ་ཞིག་དུར་ཁྱོད་དུ་གཅན་  
 གཟན་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་ཟས་སུ་སྤྱེལ་བར་བྱེད་པ་ལ། ལན་ཅིག་མི་ནག་ཅན་ཞིག་  
 རྒྱལ་པོས་དུར་ཁྱོད་དུ་སྤྱེལ་དུ་བཏང་བར། མི་དེས་ཆོས་གོས་དུར་སྤྱིག་གི་ཆལ་བུ་  
 ཞིག་རྟེན་པ་ཁོ་རང་གི་སྤྱི་ལན་བུའི་གསེབ་དུ་བཅུག་སྟེ་ཐྱིན་པས། དེ་རྒྱབ་མི་མ་  
 ཡིན་ནམས་ཀྱིས་མི་དེའི་སྤྱི་ལན་བུའི་གསེབ་དུ་མི་འབར་བ་མཐོང་ནས་ཐག་ཉེ་སར་  
 ཡོང་མ་རྒྱས་པར་རྒྱང་ནས་བསྐྱོར་བ་བྱས་ཏེ་སང་ཞོགས་མི་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ནས་  
 སོང་བ་ཡིན་པས་ང་རང་ཆོས་ཡིད་ཆེས་བྱས་ན་དེ་འདྲིའི་རྒྱས་པ་ཡོད། ད་ཀོན་  
 མཆོག་གི་མཆོད་པ་ཡང་རང་ཅག་གིས་བྱས་ན་པན་ཡོན་གཞན་ལས་ཆེ་སྟེ། བྱིམ་  
 པའི་བྱང་སེམས་ཞིག་གིས་བསམ་པ་སྤྱོད་པ་ཆེན་གྱིས་རྒྱ་མཆོ་དང་གྲིང་ནམས་སྡོད་དུ་



བྱས་ནས་དེ་དག་མར་ཁུས་རྒྱུད་སྤྱོད་ཅི་རྒྱལ་ལྷན་པོ་ལ་གདུང་རས་བྱས་ནས་མར་མེ་  
 སྤུལ་བ་ལས། རང་ཅག་རབ་ཏུ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་མར་མེ་རྒྱུད་ཏུ་སེམས་པ་དང་པའི་  
 ཡུན་ཚད་ཅམ་ཐུབ་པ་ཞིག་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་དཀོན་མཆོག་ལ་  
 སྤུལ་བ་པན་ཡོན་ཆེ་བར་སངས་རྒྱས་ཁོང་རང་གིས་མདོ་སྤེལ་སྤྱོད་པ་ཡིན།  
 དེའི་ཕྱིར་མཆོད་པ་གཞན་མང་པོ་ལས་སྤྱད་མཆོད་མ་ཆག་པར་མཛད་པ་གལ་ཆེ་  
 ཞིང་། དེ་ཡང་རབ་ཏུ་སྤྲུགས་ཟེ་རེས་ཀྱིས་སྤྱད་མཆོད་ཀྱི་ས་བཅད་རེ་ལྷགས་སུ་  
 མཛད་དགོས། དེ་འདྲ་མ་བྱུང་ཀྱང་ཉི་མའི་གྲང་ལ་སྤྱད་མཆོད་ངེས་པར་འབྲུལ་  
 དགོས་ལ། དེ་མ་སྤུལ་ན་རང་ཉིད་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷན་ཡིན་ན། དཀོན་མཆོག་  
 གསུམ་ལ་གསུམ་མི་མཆོད་ཅེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཉེས་པ་ཡང་འབྱུང་། དེ་ལྟར་མིན་  
 ཀྱང་འདི་ཆག་ན་གཏན་ནས་མི་རུང་བས་དེའི་ཕྱིར་སྤྱོད་མ་གཏོར་མ་རེ་དང་ཐེབས་ཀྱི་  
 བཞི་རེ། སྤྱད་ལ་དབང་བའི་འབྲུང་པོ་འཕྲོག་གནས་ལ་ཆང་བྱ་གཅིག་འཕྲོག་མ་  
 བྱ་དང་བཅས་ལ་ཆང་བྱ་གཅིས་བཅས་དགོས། དེ་ཡང་སྤོན་རྒྱ་གར་དུ་བྱུང་མེད་  
 མཛེས་མ་སྤྱོད་པ་ལྷ་བརྒྱ་ཅམ་གྱིས་དགའ་མགུར་སྤྱོད་པ་ཞིག་བྱུང་བར། ལན་ཅིག་  
 སྤྱོད་པ་དེ་རྣམས་མ་འཆམ་པར་བྱུང་མེད་དེ་བསད་པ་ན་བྱུང་མེད་དེ་རྒྱལ་དྲག་པོ་  
 སྤྱོད་པ་ཞིན་དུ་ཤིན་པ་ཡི་དྲགས་མོ་འཕྲོག་མ་ཞེས་བྱ་བ་བྱུང་བརྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དུ་སྤྱོད་  
 ཏེ་མིའི་བྱ་མང་པོ་བསད་ནས་ཟ་བ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་འཕྲོག་མའི་བྱ་རྒྱུད་ཤོས་དེ་  
 གསོལ་ལྷུང་གི་ནང་དུ་སྤྲུགས་ནས་བཞུགས་པས། འཕྲོག་མས་རི་རབ་ཀྱི་ཚེ་སྤྲུགས་  
 གང་དུ་བཅུལ་ཀྱང་མ་རྟོག་པར་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་  
 བྱ་སྤོན་བའི་སྤྲུག་བསྤུལ་དང་འདྲ་བ་གཞན་ཐམས་ཅད་ལ་ཡོད་པས། ད་ཕྱིན་ཆད་  
 གཞན་གྱི་བྱ་མི་ཟ་བའི་བསྤོན་བྲིམས་ལོངས་ཤིག་ དེ་སྤྱངས་ན་ངས་ཁྱོད་ཀྱི་བྱ་སྤོན་  
 རོ་གསུངས་པས། འཕྲོག་མས་བྱ་མ་བཟས་ན་ང་ལ་ཟས་མེད་ཞུས་པར། བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་གང་བྱས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་ངོམས་པའི་ཟས་ནི་མི་ཡོང་། མི་སྤྲུག་ཅམ་



ཞིག་གི་ཟས་སྤྲོད་དང་དེ་དག་སྤྲོད་ཆེས་ཀྱིས་ཆང་བྱ་རེ་ཉེར་གསུངས་པས།  
 འཕྲོག་མས་ཁྱོད་རང་བཞུགས་དུས་དེ་ལྟར་ཡིན་ཀྱང་ཁྱོད་གཤེགས་ནས་གང་བྱེད་  
 ཞུས་པ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱིས་ང་འདས་ནས་ཁྱོད་ལ་ཆང་བྱ་སྤྲོད་མ་བྱུང་ན་དེ་  
 དེ་དག་སྤྲོད་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་ཡིན་པས། འདི་ལ་ངེས་པར་དུར་ཐག་  
 མཛད་དགོས། ད་ལྟར་རང་ཆོལ་གཞོན་པ་རེད་ཟེར་བ་མང་པོ་འདུག་པ་གཞན་  
 གང་ལྟར་ཀྱང་འཕྲོག་མ་མ་བྱ་རྗེས་འདུག་དང་བཅས་པ་མཐུ་ཆེན་པོ་ཡིན་འགྲོ།  
 སྤྲད་མཛད་ཚུལ་བཞིན་སྤྲད་ན་དེ་ཆོས་འཕྲིན་ལས་ཀྱང་སྤྲོད་ཡོང་། དེར་མ་ཟད་  
 རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོ་རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་ནི་ཚུལ་བྱིས་པས་བསྐྱུང་བ་ལ་མཆོག་དུ་དགྲེས་པའི་སྤྲང་  
 མ་ཡིན་པས་ལོངས་སྤྲོད་འདོད་ན་ཡང་འདི་ཆོ་ནི་རྣམ་ཐོས་སྤྲུལ་ལ་བསྐྱུང་གསོ་གཏོང་  
 པའི་དོ་ལྷ་མིན། འདི་ཆོ་མ་བྱས་ན་དཔལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མགོན་པོ་ཐུག་དུག་པ། དམ་  
 ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ། འདོད་ཁམས་བདག་མོ་དཔལ་ལྡན་དམག་ཐོར་རྒྱལ་མོ་སོགས་  
 བཞུགས་ཡོད་ན་དེ་ཆོའི་བཀའ་ཆད་ཀྱང་ཡོང་། དེ་ནས་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྲོད་ཆར་  
 རས་ལྟག་ལ་དབང་བའི་འབྲུང་པོ་ལ་ཆང་བྱ་རེ་ཉེར་དགོས་ལ། འདིའི་སྐབས་སུ་  
 བཀའ་གདམས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་མདུན་དུ་སྤྲོད་ལ་གང་ཡོང་པ་དེ་ལ་ཉེར་དགོས་པའི་  
 རྒྱ་མཆོན་དག་སྤྲོད་ཞིག་ཟས་ལ་ལོངས་སྤྲོད་ཆར་ནས་ཕོ་རོག་ཞིག་ཡོང་པ་ལ་ཆང་བྱ་  
 མ་བྱེན་པས་ཕོ་རོག་ཆོག་པ་བཟས་ནས་རྒྱན་མའི་སར་སྤྲོད་ཏེ་དག་སྤྲོད་དེ་ལ་གསེར་  
 འདུག་ཅེས་གོགས་སྐད་རྒྱུ་པས་རྒྱན་མས་དག་སྤྲོད་བརྒྱུངས་པའི་ལོ་རྒྱུས་དང་  
 བཅས་ཏེ་གསུང་པ་ཡིན་འདུག་གསུངས། ཤར་བའི་ཞལ་ནས་བྱུང་གི་སྤྲོ་ས་དང་ལོ་  
 མའི་སེར་ས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། བྱུང་ན་རང་གི་བཟའ་བུ་དང་གང་ཡིན་ཀྱང་།  
 དེའི་བཞི་ཆ་མ་གཏོགས་ལོངས་མི་སྤྲོད་པར་བཞི་ཆ་གཉིས་སྤྲད་དང་གཅིག་ལྟག་ལ་  
 འཛོག་དགོས་ དེ་ཅམ་མ་བྱུང་ཀྱང་རང་གི་གང་བཟའ་རྒྱ་དང་འབྲུང་རྒྱའི་སྤྲད་རེ་  
 ངེས་པར་འབུལ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཇ་འབྲུའི་དཀྱིལ་ནས་སྤྲད་ལ་སེལ་བའི་ཆོ་



བཅའ་ནས་སྤངས་ཏེ་ཕྱིར་འདོར་བ་ལྟར། ཡུད་ཀྱང་ཡོད་མེད་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་  
 སྤང་ནས་ལོགས་སུ་འཛོག་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་གསུངས། ཡང་འཇིག་རྟེན་པ་ཞིག་  
 གིས་ཁིང་ཁ་ཡག་པོ་ཞིག་མ་བཏབ་པར་བཞག གཞན་ཞིག་གིས་ཁིང་འབྲིང་ཞིག་  
 བཏབ་ནས་སྟོན་ཐོག་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱང་ན། ཁིང་མ་བཏབ་པ་དེས། ངའི་ཁིང་  
 ཡག་པོ་དེ་འདི་བས་རྒྱ་མ་བྱང་ཞེས་པངས་པངས་བྱེད་མོད། འོ་སྐྱལ་ཁིང་ཐ་མལ་པ་  
 དེ་འདྲ་བས་བསྐྱུན་དུ་མེད་པ་གང་ལ་ས་བོན་བཏབ་ན། ཆོས་ཅིག་བྱང་ན་འདི་བདེ་  
 ཞོར་འབྱུང་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་ཆེ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་བདེ་ལེགས་ཐམས་ཅད་འབྱུང་  
 བའི་ཁིང་ས་དམ་པ་བྱད་པར་ཅན། དབྱར་ཁ་བཏབ་ཆོག་ལ་དགུན་ཁ་བཏབ་མི་  
 ཆོག་པ་དེ་འདྲ་མ་ཡིན་པར་དུས་བཞི་ཐམས་ཅད་དུ་བདེ་ལེགས་ཀྱི་ས་བོན་བཏབ་  
 པས་ཆོག་པ་འདི་ལ། དད་པའི་གཤོལ་གྱིས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཁིང་ཆོད་པར་གྱུར་  
 ཅིག་ཅེས་མདོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་རྒྱ་མ་བྱང་ན་ཤིན་ཏུ་པངས་པ་ཡིན་པ་ལ།  
 ཁིང་མཆོག་བྱད་པར་ཅན་དེ་འདྲ་དང་ཕྱད་བཞིན་དུ་ཁིང་ཁ་ཐ་མལ་པའི་མཐོང་ཅམ་  
 ཡང་མེད་པ་འདི་འོ་སྐྱལ་བསམ་སྤངས་དང་བྱེད་སྤངས་ཡག་པོ་མ་རེད་གསུངས་པ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལྟ་ཉན་ན་ཆོག་མི་བློ། བསམས་ན་དོན་མིགོ བསྐྱེམས་ན་རྒྱད་  
 ལ་མི་སྐྱེ་བའི་སྤྱིའི་མཐུ་ཤིན་ཏུ་རྒྱུད་བའི་དུས་སུ་ཁིང་མཆོག་དམ་པ་འདི་འདྲ་བའི་  
 མཐུ་ལ་བསྟེན་པ་མན་ངག་ཡིན། འོ་ན་མཆོད་པ་བྱེད་དགོས་འདུག་ཀྱང་། དད་པ་  
 འདྲ་ཡོད་དེ་ཡོ་བྱད་མེད་ཟེར་ན། ཡོ་བྱད་གྱིས་མ་ཐོགས། དད་པ་རང་ལ་ཐོགས་པ་  
 ཡིན། དངོས་པོ་ནི་སྟོན་ཞུས་ལྟར་མཆོལ་དང་རྒྱུད་དང་། གཞན་གྱིས་མཆོད་པ་ལུལ་  
 བ་ལ་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་བྱེད་པ་སོགས་ལག་མ་ཐོགས་པར་ཡོད། ཡང་བཅའ་ལག་  
 ཡོད་བཞིན་དུ་མ་ལུལ་བར་སྤྲོས་ནས་བཞག མཆོད་པ་རྒྱུད་དུ་རེ་ལུལ་ནས་ངེད་ལ་  
 རྗེས་བཟང་པོ་ཡོད་ཅེས་ཟེར་བ་ནི་ལོང་བ་ཞིག་གིས་མིག་ལྟན་ལ་མགོ་བསྐྱར་བ་དང་  
 འདྲ་བར་གསུངས་པས་དེ་འདྲ་བྱེད་མི་ཉན། དེ་ཡང་དགོ་བཤེས་སུ་རྒྱུད་བས།



དང་པོ་སྤང་སྤྲོས་ཤུལ། དེ་ནས་ཅུང་འབལ་དུ་སྤང་ནས་སྤྲོས་རིང་བུ་བཞི་སྦྱར་  
 མངར་ཆིང་ངེ་བ་ཤུལ། དེ་ནས་ཀྱང་འབལ་དུ་སྤང་ནས་ཨ་ཀ་རུ་དང་དུ་རུ་ཀ་ལ་  
 སོགས་པ་དྲི་བསྐྱང་ཆིང་ངེ་བ་ཤུལ་བ་ཡིན་ཞིང་། ཁོང་གིས་དུས་གཅིག་ལ་གསེར་  
 སྤང་ཉི་ཤུ་ཅུ་གཉིས་ཀྱིས་སྤྲོས་སྦྱར་བ་ཡིན་འདུག རང་ཅག་གིས་ཀྱང་དང་པོ་ནས་  
 མཆོད་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་རེ་ལ་འབལ་རིན་མི་འདུག་སྟེ་ནས་བརྟན་སྤྲོས་བྱས་ན་མི་ཆེ་  
 གྱིལ་པོ་འབལ་རྒྱ་མེད་པ་ཅིག་ཡིང་། མཆོད་པ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་བརྟན་སྤྲོས་མ་བྱས་པར་  
 སྐལ་པ་བཟང་པོ་ཡིན་སྟེ་ནས་ཤུལ་ན་མཆོད་པ་འབལ་དུ་འབལ་དུ་སྤང་ནས་ཁོང་  
 འདྲ་བ་ཞིག་ཡིང་བས་ཁོ་ལ་མིག་ཡར་བལྟ་བྱེད་དགོས། ཡོ་བྱད་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་  
 སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ནི་ས་དང་པོ་ཐོབ་པ་རྣམས་ཡིན་པས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་འབལ་  
 སྤྱོད་དུ་མར་སྤུལ་ལུས་རེ་རེ་ལ་ལག་པ་བརྒྱ་སྟོང་ལ་སོགས་པ་སྤུལ་ཏེ་ཞིང་ཁམས་  
 ཐམས་ཅད་དུ་བྱོན་ནས་དངོས་སྤུལ་ག་བདར་ཏེ་རྒྱལ་བ་རྣམས་ལ་མཆོད་པ་མཛད་ན།  
 སེམས་འཛིན་སྤྱོད་བྱ་རེས་ཆོག་ཤེས་ནས་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་རྒྱ་ཆེན་པོ་འདི་ཆོ་ལ་  
 བརྟན་སྤྲོས་བྱེད་པ་ནི་ཆོས་རྒྱས་མེད་པའི་སྦྱོན་ཆེན་པོ་ཡིན་གསུངས། སྤྱོད་མོང་གི་  
 བསྐྱབ་བྱ་གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་གཞན་རང་གི་ཁ་འོག་དུ་འདྲུ་བ་རྣམས་ཀྱང་  
 དཀོན་མཆོག་མཆོད་པ་ལ་སྦྱར་ཞིང་། སྤྱོད་བསྐྱབ་ཆེ་བ་ལས་ཀྱང་སྤྱིག་པ་ཆེ་བ་ལ་  
 སྟོང་བཅེ་བའི་བསམ་པས་དགེ་བ་ལ་འགོད་གང་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཡིན། བཞི་པ་ནི། ལྷ་  
 བཞི་འདྲ་ཞིག་བྱེད་ན་ཡང་དེའི་སྦྱོན་དུ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྦྱོ་བཀལ་ནས་གསོལ་བ་  
 འདེབས་པ་མ་གཏོགས་འཛིན་ཉེན་པའི་ལྷ་གསོལ་བ་དང་བོན་ཆོགས་སོགས་མི་བྱེད་  
 པ་ཡིན། ལྷ་པ་ཕན་ཡོན་བསམས་པའི་སྒོ་ནས་ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་  
 དུ་སྦྱབས་སྤུལ་འགོ་བའི་སྦྱབས་ཕན་ཡོན་ལ་བརྒྱད་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནང་པ་སངས་རྒྱས་  
 པར་རྒྱུད་པ་ནི། སྦྱར་བྱེད་ནང་ལ་འཛིན་རྒྱལ་མང་དུ་སྤྱང་ན་ཡང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བཀའ་དྲི་མ་མེད་པའི་རྗེས་སུ་ཇོ་བོ་ཤེན་པ་ཆེན་པོས་འབྲངས། དེའི་རྗེས་སུ་ཇོ་བོ་



རྗེས་འབྲངས། དེའི་རྗེས་སུ་ཆོས་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་སྒྲོ་བཟང་གྲགས་པས་  
 འབྲངས་ནས་འཆད་ཚུལ་ནི། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་  
 བྱེད་པ་ཡོད་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱས་ཡིན་ལ། དེ་མེད་ན་ཉིང་དེ་འཛིན་བཟན་པོ་  
 སྐུ་གསལ་ཡོད་ཉན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་སྤྱི་རིམ་པ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་དེ་  
 ཅུམ་གྱིས་ནང་པ་སངས་རྒྱས་པར་མི་ཚུད། དེ་ཡང་སྤྱི་བ་སྤྱོད་མ་ནམས་སུ་སྐྱབས་  
 འགྲོ་གོམས་གོམས་པའི་མཐུ་ལ་བཞེན་ནས་ཆོ་འཕྲོས་པས་སྐྱབས་འགྲོའི་སྤོམ་པ་  
 དངོས་སུ་མེད་ཀྱང་། བྱིས་པ་རྒྱུད་དུ་ཀུའ་མི་ཤེས་པ་ལ་ཡང་སྐྱབས་འགྲོ་རྣམ་དག་  
 དང་ལྷན་པ་ཡོད་ཅིང་། འདི་ལ་མ་གོམས་ན་སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་འདོན་སྐྱབ་པ་ཡོད་ཀྱང་ཆོས་  
 འདི་མེད་པས་སྤྱང་བར་འགྱུར་བ་མང་དུ་ཡོད། སྐྱབས་འགྲོ་འདི་མེད་ན་ཡོན་ཏན་  
 གཞན་ཅི་ཡོད་ཀྱང་ཡོད་གོ་མི་ཆོད་ལ། འདི་ཡོད་ན་གཞན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་  
 འདིས་གོ་ཆོད་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟློན་པའི་སྒྲོ་རྒྱུད་པའི་ཚུལ་འདི་ལ་སུ་སྤྱོད་  
 རྒྱུ་ཞགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་དྲན་པར་བྱ་གསུངས་ཏེ། སྤོམ་རྒྱ་གར་དུ་སྤྱོད་གསུངས་པ་ཞིག་  
 གིས་དབང་ཕྱག་སྐྱབ་པས་འགྲུབ་སྟེ། དབང་ཕྱག་གིས་རྒྱུད་གི་ཞགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་  
 འདོད་བྱ་ཡོད་ལ་བསམས་ནས་ཞགས་པ་དེ་བཟོ་བ་པ་ཅུམ་གྱིས་འགྲུགས་སྐྱབ་པ་ཞིག་  
 བྱིན་པ་ན། དེས་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་དང་སྤྱོད་པོ་འབངས་ལ་སྐུ་གསལ་པ་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་  
 དང་མི་ལྷན་པའི་ནང་པའི་གཟུགས་བཟན་མང་པོ་ཞིག་ཞགས་པ་དེས་བཀྲུག་ནས་  
 ཁོང་རང་གི་སྤྱོད་མ་དང་སྤྱོད་བདག་སྐུ་གསུམ་སུ་འགྱུར་པར་བྱས། དེ་ནས་ལན་ཅིག་  
 ནང་པའི་སྤྱོད་ཀྱང་རྒྱུད་ཀྱང་སྤྱོད་པའི་ཐུག་མཐུང་ཐེན་བ་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྤྱིང་ཐག་  
 པ་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ལ། གཞན་ཀུའ་རྒྱུན་ཆད་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་ཞགས་  
 པ་དེས་བཟུབ་པས་ཞགས་པས་དེ་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའི་རྣམ་པར་སོང་ནས་རྒྱུ་མ་  
 ཐུབ་པ་ཞིག་བྱུང་། ད་དུང་ལན་ཅིག་རྒྱུབ་པས་ཀྱང་འགྲུགས་མ་རྒྱས་ཤིང་། ཞགས་  
 པ་ཡང་བཟུ་མ་ཐུབ་པ་ན་ཁོ་ཡ་མཆོན་ནས་བྱིས་པ་དེའི་མདུན་དུ་སོང་ནས་ངས་



གཞིན་སོ་དཀར་ནས་ཆན་མགོ་དཀར་ལ་བྱག་བྱག་གི་བར་ཞགས་པ་འདི་བཏབ་ནས་  
 འགྲགས་མ་བྱབ་པ་མེད་པ་ལ། འདི་ལྟར་ཡོང་བ་བྱོད་ལ་ཡོན་ཏན་གྱི་རྣམ་པ་ཅི་ཡོད་  
 ཟེར་བ་ལ། བྱིས་པ་ན་རེ། ང་ལ་ཡོན་ཏན་གཞན་གང་ཡང་མེད་ཀྱང་། སྤྱིང་ཐག་  
 པ་ནས་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་བ་ཡིན་པས་དེའི་ཡོན་ཏན་བྱས་པས་མུ་  
 སྟེགས་ཀྱི་བྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་སྟན་རིག་བྱེད་སོགས་ཅི་ཤེས་ཟེར། གཞན་གང་ཡང་མི་ཤེས་  
 བྱས་པས་མུ་སྟེགས་དེ་ཡ་མཆོན་ནས། བྱང་པའི་ཆོས་དེ་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་  
 འདུག ང་རང་ཆོ་རིག་བྱེད་ཅུང་ཟད་མ་ཤེས་ན་ཡོན་ཏན་དེ་འདྲ་ཡོད་ན། དེ་ནི་  
 བྱོད་པར་འཕགས་ངེས་སོ་སྟུང་ནས་ཁོ་རང་སྟོབ་མ་དང་བཅས་པ་ནང་པའི་བསྟན་པ་  
 ལ་ཞུགས་པ་ཡིན། སན་ཡོན་གཉིས་པ་སྟོམ་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཉེན་དུ་འགྱུར་བ་ནི།  
 སྐྱབས་འགོས་ཐུང་འདས་ཀྱི་བསམ་པ་བསྐྱེད་པ་དང་བརྟན་པར་བྱེད་ཅིང་། དེ་  
 ལས་ངེས་འབྱུང་གིས་དྲངས་པའི་སྟོམ་པ་རྣམ་དག་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་སྟོམ་པ་གང་ལེན་  
 ཀྱང་སྐྱབས་འགོ་ཚུལ་བྱེད་དུ་བྱས་ནས་ལེན་དགོས། འོ་ན་དགེ་བསྟེན་གྱི་སྟོམ་པ་  
 འདོགས་སྐྱབས་སྐྱབས་འགོའི་ཆོག་གསལ་བར་འདུག་ཀྱང་། དགེ་སྟོང་གི་སྟོམ་པ་  
 ལེན་པའི་ཆེ་སྐྱབས་འགོའི་ཆོག་བརྗོད་དགོས་པ་མི་སྤང་བས་སྐྱབས་འགོ་ཚུལ་བྱེད་དུ་  
 ཇི་ལྟར་བྱེད་སྟུང་ན། དེ་ནི་དགེ་འདུན་ལ་གསོལ་བ་ལན་གསུམ་གྱི་བར་དུ་འདེབས་  
 དགོས་པས། དེའི་སྐྱབས་སྐྱབས་འགོ་ཚུལ་བྱེད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན། སན་ཡོན་གསུམ་  
 པ་སྟོན་བསགས་པའི་ལས་ཀྱི་སྐྱབ་པ་སྒྲབ་ཅིང་ཟད་པར་འགྱུར་པ་ནི། ལྟའི་བྱ་འོར་  
 བྱུང་མ་མེད་པའི་འོད་ཅེས་པ་ཞིག་ལ་འཆེ་ལྟས་ཕོག་ནས་བྱི་མ་གང་དུ་སྐྱེ་བ་བརྟག་  
 པས་ཤ་ཟ་མོ་ཕག་གི་གདོང་པ་ཅན་དུ་སྐྱེ་བར་རིག་གསུངས་ཏེ་བསྐྱབ་བཏུས་ཀྱི་  
 གསུང་ཟིན་ལྟར་ན་ཕག་དངོས་ཡིན་པ་འདྲ་སྟེ་ཕག་ཀྱང་ཤ་ཟ་ཡིན་པས་སྐྱོན་མེད།  
 འོན་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་དུ་སྐྱེ་བ་ཤེས་ནས་ཤིན་དུ་འཇིགས་ཏེ་ཐུང་ན་ཁོ་ན་བྱེད་པ་ལ།  
 བརྒྱ་བྱིན་འོངས་ནས་ཐུང་ན་བྱེད་པ་ཅི་ཡིན་དྲིས་པ་ན། དེས་གནས་ཚུལ་བཤད་



ནས་བརྒྱ་བྱིན་ཁྱོད་གྱིས་བདག་འཇིགས་པ་འདི་ལས་བསྐྱབ་དུ་གསོལ་བྱས་པས།  
 བརྒྱ་བྱིན་གྱིས། བདག་ལ་དེ་ལས་སྐྱབས་པའི་རུས་པ་མེད་ཀྱང་། ཁྱོད་རང་དགོན་  
 མཚོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགོ་འདི་ལྟར་བགྱིས་ཤིག་ཅེས་སྒྲུབ་པས། དེས་སྐྱབས་འགོ་  
 བཏོན་བཏོན་བ་ན་ཞག་བདུན་ནས་ཆེ་འཕྲོས་ཏེ་དགའ་ལྡན་གྱི་ལྟར་སྒྲིམ། བརྒྱ་  
 བྱིན་གྱི་མངོན་ཤེས་འོག་དུ་འཇུག་པ་ཡིན་པས། དེ་གང་དུ་སྒྲིམ་གནས་འོག་མ་  
 ཐམས་ཅད་དུ་བཅའ་བཅའ་ཡང་མ་རྟེན་པར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ལ་ཁུས་པས།  
 བཅོམ་ལྡན་འདས་གྱིས་དེས་སྐྱབས་འགོ་བྱས་པ་ལ་བཏེན་ནས་ཕག་དུ་སྒྲེ་འགྱུར་གྱི་  
 ལས་སྒྲིབ་ཟད། དེ་དག་དགའ་ལྡན་དུ་སྒྲིམ་ཡོད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་སྟུང་དུ་  
 དེས་ཤེས་བསྐྱེད། དེ་ལྟར་ལྟའི་བྱ་དེ་དགའ་ལྡན་དུ་སྒྲིམ་པ་ལ་བཏེན་ནས་བརྒྱ་བྱིན་  
 གྱིས། གང་དག་སངས་རྒྱས་སྐྱབས་དོང་བ། ། དེ་དག་རན་འགྱོར་འགྱོ་མི་  
 འགྱུར། ། མི་ཡིས་ལུས་ནི་སྤངས་ནས་སྟ། ། དེ་དག་ལྟ་ཡི་ལུས་ཐོབ་བོ། ། དེ་  
 བཞིན་དུ། གང་དག་ཆོས་ལ་སྐྱབས་དོང་བ། ། ཞེས་པ་དང་། གང་དག་དགེ་  
 འདུན་སྐྱབས་དོང་བ། ། ཞེས་སྒྲུ་མ་ལྟར་སྒྱུར་ནས་ཆེད་དུ་བརྗོད་པ་ནི་བརྒྱ་བྱིན་  
 གྱིས་སྒྲུབ་པ་ཅམ་ལས་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་གྱིས་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་པའི་བཀའ་ཡིན་  
 ཞེས་གོང་མ་རྣམས་གསུང་། ཕན་ཡོན་བཞི་པ་བསོད་ནམས་རྒྱ་ཆེན་པོ་གསོག་པ་ནི།  
 ཕར་བྱིན་བསྐྱུས་པ་ལས། སྐྱབས་སོང་བསོད་ནམས་གཟུགས་ཡོད་ན། ། ཁམས་  
 གསུམ་འདི་ཡང་སྟོན་དུ་རྒྱུང་། ། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཡི་གཏེར། ། སྤུལ་གྱིས་གཞལ་  
 བར་ག་ལ་རུས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། དགོན་མཚོག་ལ་སྐྱབས་སྟེ་སོང་བའི་  
 བསོད་ནམས་འདི་གཟུགས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་ནམ་མཁའ་སྟོན་དུ་བྱས་ཀྱང་དེའི་ནང་  
 དུ་མི་ཤོང་བའི་ཆོད་ཡོད། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་རྒྱ་ཡི་གཏེར། ། སྤུལ་གྱིས་གཞལ་པར་ག་  
 ལ་རུས། ། གསུངས་ཀྱང་། རྩ་འཕྱུལ་གྱིས་གཞལ་ན་གཞལ་རུས་པ་ཡང་ཡོང་།  
 དེར་མ་ཟད་རྩ་འཕྱུལ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་གིས། རི་རྒྱལ་རྩུན་པོ་སྤང་ལ་གཞལ་རུས་



སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་བསོད་ནམས་ཁོ་རང་གྲངས་མེད་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 གྲངས་མེད་གསུང་པ་མ་གཏོགས་གྲངས་འདི་ཙམ་ཞེས་ཁ་ཆོད་གཙོད་པར་མཛད་རྒྱ་  
 མེད། འདི་ལ་ཁྱེད་སྣང་བྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་དྲན་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱས་ཞལ་བཞུགས་  
 པའི་དུས་ཁྱེད་སྣང་བྱེད་ཟེར་བའི་རྩ་མཐའ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ། དེའི་རྩ་མཐའ་ཡང་  
 མི་རྟོན་ཅིང་། རྩ་གང་བཟོས་སྐུར་དུ་ཆག་འགྲོ་བ་སོགས་བསོད་ནམས་དམན་པས་  
 ཅི་བྱས་ལམ་དུ་མ་སོང་བ་ན། སངས་རྒྱས་ལ་ཁྱེས་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རེ་ཤིག་  
 ཁྱོད་རང་གི་ལས་སུ་བྱ་བ་རྩ་བཟོ་རྒྱ་ཡང་གཞིག་ལ། རྒྱལ་བྱེད་ཆལ་དུ་ཐུག་བདར་  
 གྱིས། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་འདི་ལྟར་གྱིས་ཤིག་གསུངས། ཁོས་ཀྱང་  
 དེ་བཞིན་དུ་བྱས་པས་བསོད་ནམས་རྒྱས་ནས་ཐུག་པོར་སོང་སྟེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་དྲིན་  
 དྲན་ནས་ཉིན་ལྟར་སངས་རྒྱས་ལ་གདུགས་ཆོད་མ་ཆག་པར་སྤུལ་ཞིང་། སངས་  
 རྒྱས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་དགོ་འདུན་དང་བཅས་པ་ལ་ན་བཟའ་དུས་གསུམ་གསུམ་སྤུལ་བའི་  
 སྒྱིན་བདག་གི་གཙོ་བོ་ཞིག་དུ་སྐྱར་པ་ཡིན། སན་ཡོན་ལྷ་པ་ངན་འགྲོར་མི་ལྷང་བ་ལ་  
 རྩར་གྱི་ཕག་གི་རྟོགས་བཙུན་དྲན་པར་བྱ་ཞིང་། སན་ཡོན་གསུམ་པ་ལ་དཔེ་གཞན་  
 དགོས་ན། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དགའི་ལོ་རྒྱས་དྲན་པར་བྱ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་དེས་རང་གི་ཕ་  
 གཟུགས་ཅན་སྟོང་པོ་དགྲོངས་པ་སོགས་ལས་ངན་ཆབས་ཤིན་དུ་ཆེ་བ་ཤ་སྟག་བྱས་  
 པས། རྒྱལ་པོ་ལ་འབྱམ་བྱ་མེད་པ་ལ་ནག་པོའི་ནད་བྱང་ནས། མགོ་ལུས་ཐམས་  
 ཅད་དུ་ཐོར་པ་ཤར་པའི་ཆ་རྩམ་གྱིས་ཡུལ་གྱི་མི་ནམས་ཀྱང་ཆོད་དུག་ཆོག་པ་དང་།  
 རྟག་འཁོར་བའི་ཆོ་དྲི་ངན་པས་ཉེ་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཐམས་ཅད་མགོ་གདུམ་ནས་འགྲོ་དགོས་  
 པ་བྱང་བ་ན། རྒྱལ་པོ་སྐྱུག་བསྐྱེལ་ཆབས་ཆེན་པོས་ཟེན་ནས། ཤུག་འདི་དགོ་སྤྱོད་  
 འདུལ་འདུག་སྟོས་ཟེར་བ་ལ། འཕགས་པ་འཆར་ཀ་འདུག་བྱས་པས། འོ་ན་དེ་  
 སྐད་ཐོང་ཟེར་བ་ལ། འཆར་ཀ་གདན་དྲངས་པས། རྒྱལ་པོས་འཆར་ཀ་ལ། ང་  
 སྐྱུག་བསྐྱེལ་འདི་འདྲ་སྤྱོད་དགོས་པ་བྱང་ཡང་། ད་དུང་ཤི་རྒྱ་ནི་མི་འདུག་པས།



ཁྱེད་ཀྱིས་འདི་ལས་ཐར་བའི་ཐབས་བསྟན་དགོས་བྱས་པས། འཆར་ཀས་ཐབས་གཞན་གང་ཡང་མེད། རྒྱལ་པོ་རང་གིས་རྩལ་ན་སངས་རྒྱས་མཉན་ཡོད་དུ་བཞུགས་ཡོད་པས། དེ་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་སྤྱབས་སུ་སོང་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཆོལ་ཞིག་བྱས་པས། རྒྱལ་པོས། སངས་རྒྱས་ཡོད་དེས་ཡིན་ནམ་ཟེར་བ་ལ། འཆར་ཀས་སངས་རྒྱས་བཞུགས་དེས། ད་ནང་ཡང་སངས་རྒྱས་མཇུག་ནས་ཡོད་པ་ཡིན་བྱས་པས། རྒྱལ་པོ་དེ་དེ་སྤྱོད་སངས་རྒྱས་ལ་དགའ་བ་ཞིག་མིན་ཡང་། འདི་དུས་ཏུ་ཕྱག་ནས། གཡོག་པོ་རྣམས་ལ་ཁོ་རང་ཡར་སྤྱོད་དུ་བཅུག་པ་ན། ལག་པ་སྟགས་གང་ནས་འཐེན་པ་དེ་ནས་ཤ་ཐམས་ཅད་བོལ་འགྲོ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་བྱུང་ཡང་། སངས་རྒྱས་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་དྲན་བཞིན་དུ་སྤྱག་བསྐལ་བཟོད་པར་བྱས་ནས། ཡར་ལངས་ཏེ་ཁ་མཉན་ཡོད་དུ་བཞུགས་ནས་ཕྱག་གསུམ་བཅའ་བས། སྤྱོད་བསགས་པའི་ལས་ངན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་དག་ནས་ནད་ལས་གྲོལ་ཏེ་དག་བཅོམ་ཐོབ་པ་ཡིན། ཕན་ཡོན་དུག་པ་མི་དང་མི་མ་ཡིན་གྱི་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ་ལ། མིའི་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ་ནི་སྐྱར་རྒྱུད་ཏུ་བྱེ། སྤྱོད་རྒྱ་གར་དུ་ཡུལ་གྱི་ཡུར་བྱིམ་བདག་པོ་མོ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། སྐབས་ཤིག་ཡུལ་དའི་མདར་ཏུ་མོ་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་ན། བྱིམ་བདག་དེས་ཏུ་མོ་ལ་ཐུན། བྱུང་མེད་དེས་བསྟན་པའི་དུས་དུ་བྱིམ་བདག་སྐྱར་རྒྱུད་ཟེར་བའི་ཆེས་བྱ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་བྱུང་མེད་དེས་སྟན་བཏང་ནས་གོས་རྒྱལ་འདྲ་ཆེས་དུ་བཅུག་ཅིང་། བྱུང་མེད་སྐྱར་རྒྱུད་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཁོང་གཉིས་དགའ་མཁུར་སྤྱོད། དེ་ནས་ཏུ་མོར་ཐུན་པའི་བྱིམ་བདག་དེ་ལོག་ཡོང་པ་མཐོང་བ་ན། རྒྱ་གར་བྱིམ་ས་དམ་པས་དེ་གཉིས་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་ཏེ། མཛོད་ཀྱི་ནང་དུ་གཟེབ་གྱི་སྒྲོག་མ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྐྱར་རྒྱུད་བཅུག། འབྲེང་པས་དམ་དུ་བཅིངས་ནས་བཞག་པས། དེ་རྒྱབ་རྒྱན་མ་ཡོང་སྟེ་མཛོད་ཀྱི་ནང་ཐམས་ཅད་དུ་བཞུགས་ནས། སྐྱར་རྒྱུད་ཡོད་པའི་གཟེབ་དེ་སྤྱོད་བར་བྱུང་བ་ན། འདི་རིན་པོ་ཆེ་ཡིན་སྟུམ་ནས་བྱིར་བ་ལ།



སྐྱུར་ཆུང་ཁྱིམ་བདག་གིས་ཤེས་དོགས་ནས་སྐད་ཡང་འདོན་མ་རུས། དེ་ནས་ཕྱི་  
 རོལ་དུ་འགྲོ་སྐབས་སྐྱུར་ཆུང་ཆབ་གསང་ཤོར་བ་གཟེབ་ཀྱི་གསེབ་ནས་ཕྱིར་བྱུང་བ་ན།  
 ཀྱུན་མ་ནམས་ནི་འདི་བྱིར་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡག་པོ་བྱུང་འདིའི་ནང་དུ་ནོར་བུ་ཆུ་ཤེལ་ཡོད་  
 ངས་ཏེ་གཟེབ་ལ་ཟླ་འོད་ཕྱག་པས་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡིན་འདུག་ཟེར། དེ་ནས་ཀྱུན་མ་  
 རམས་ཀྱིས་ལུང་སྟོང་ཞིག་དུ་གཟེབ་ཁ་ཕྱེ་བས་སྐྱུར་ཆུང་དོན་པ་ན་དེ་ནམས་ཆོག་པ་  
 ཟས་ནས་བྱོད་མི་ཡིན་ན་ངེད་ཆོ་མཛོད་དུ་ཡོད་སྐབས་གང་བྱིར་ཀྱང་ཆོག་པ་ཡོད་པ་  
 ལ། བྱོད་ཀྱིས་གང་ཡང་མི་ཟེར་བ་ཟེར་ནས་ཁོ་གསོད་དགོས་ཟེར་བར། འབྲོས་པ་  
 ལ་ནི་ལུས་སྐྱུར་པོར་སོང་བས་བྲོས་མི་རུས། ཅི་དྲག་ལ་ཐུག་ནས་སྐབས་འགྲོ་ཁོ་ན་  
 བྱས་པས་ནམ་མཁའ་ནས་འདི་མ་གསོད་ཅིག་ཟེར་བའི་སྐྱེ་ཅིག་བྱུང་བ་ན་ཐམས་ཅད་  
 ཐེ་ཆོམ་མེར་ཡོད་པའི་ངང་རུས། ཀྱུན་མ་དེ་ནམས་ལུ་སྟེགས་མཆོད་གནས་སུ་  
 འཛིན་པ་ཡིན་པས་འདི་བསད་ནས་དབང་ཕྱག་ཆེན་པོ་ལ་མཆོད་སྦྱོན་བྱེད་ཟེར་པ་ལ།  
 ཁོས་ད་དུང་སྐབས་འགྲོ་བྱས་པས། སངས་རྒྱས་ཐུགས་རྗེ་ཅན་དེ་ཉིད་དབང་ཕྱག་  
 ཆེན་པོའི་གཟུགས་ཀྱི་ནམ་པ་ཅན་དུ་བྱོན་ནས། ཀྱུན་མ་དེ་ནམས་ལ་ད་རེས་འདི་  
 བསད་ནས་ང་ལ་བྱིན་པ་ལས་མ་བསད་པར་བྱིན་ན་ང་དགའ་བས་མ་བསད་པར་  
 བྱིན་ཅིག་གསུངས་པས་སྐྱུར་ཆུང་འཇིགས་པ་དེ་ལས་ཐར་བ་ཡིན། འདི་ཡང་སྐབས་  
 འགྲོའི་ཆོག་འདོན་པ་ཅམ་ལ་གོ་མི་རུང་སྟེ། སྟོལ་མ་འདོན་པ་ཡང་སྐབས་འགྲོ་ཡིན་  
 ཏེ་རྗེ་བཙུན་སྟོལ་མ་ལ་སྐབས་སུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ཅིང་ཁོང་གིས་སྐབས་པ་ཡང་ཡིན། མི་  
 མ་ཡིན་པའི་བར་ཆད་ཀྱིས་མི་ཚུགས་པ་ཡང་། སྟོན་དེད་དཔོན་བྱམས་པའི་སྟོབས་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཆོང་པ་མང་པོ་དང་བཅས་རྒྱ་མཆོར་ནོར་བུ་ལེན་དུ་བྱིན་པ་ན། མི་མཐུན་  
 པའི་རྒྱང་ཆེན་པོ་ཞིག་ལངས་ནས་གྲུ་གཟིངས་དེད་པའི་གདོང་དུ་ཆུ་སྟོན་མ་ཀ་ར་  
 ཆེན་པོ་ཞིག་ཁ་གདངས་ནས་འོངས་པ་ན། ཆོང་པ་ནམས་སྒྲག་ནས་རི་དང་སྟེན་  
 ཤིང་ཆངས་པ་བརྒྱ་བྱིན་སོགས་ལྷ་ཆོགས་ལ་སྐབས་འགྲོ་བར་བྱེད་པ་ན། བྱམས་



པའི་སྟོབས་གྱིས་ཁྱོད་རང་ནམས་ངའི་རྗེས་སུ་བསྐྱོད་ནས་ཐོན་ཅིག་བྱས་ནས་སྐྱབས་  
 འགྲོ་གསུངས་པས་ཆུ་སྤྲོད་དེ་མ་ཀླན་སྒྲིབ་དུ་སྤང་བ་ན། ཆོང་པ་ཐམས་ཅད་གྱིས་  
 འགྲོ་གསུངས་པས་སྐྱབས་འགྲོ་བཏོན་པས་ཆུ་སྤྲོད་དེ་ཆོ་འཕྲོས་ཏེ་སྐྱབས་འགྲོ་ཐོས་  
 བཞིན་དུ་ཤི་བའི་དབང་གིས་སུམ་ཅུ་ཙུག་གསུམ་གྱི་ཉུང་སྐྱེས་ཤིང་། ཆོང་པ་ནམས་  
 ཀྱང་འཛིགས་པ་ལས་ཐར་བ་ཡིན། སན་ཡོན་བདུན་པ་ཅི་བསམ་པ་ཐམས་ཅད་  
 འགྲུབ་པ་ནི། སྤྱིར་བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་དགོན་མཆོག་ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་སྐྱབ་  
 བ་དཀའ་ལས་མེད་པར་བདེ་སྒྲག་དུ་འགྲུབ་པ་ཡིན་ཏེ། སྤོན་རྩ་སྤྱིང་གི་བཤགས་  
 མཁན་ཞིག་གིས། ས་ཆ་སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་ཁ་མཆུ་བྱེད་དགོས་བྱུང་བ་ན། འབྲོམ་  
 རིན་པོ་ཆེའི་སྐྱ་མདུན་དུ་མཆོད་མེ་རེ་སྤུལ་ནས་བྱེད་པ་ལ། འབྲོམ་ཞལ་རས་དགེས་  
 ཉམས་དང་ལྗན་པ་འདུག་ན་ཁ་མཆུ་བྱས་པས་ཁོས་ཐོབ་ཡོང་བ་ཡིན། ཞལ་ཅུང་མི་  
 དགེས་པའི་ཉམས་ཡོད་ན་ཁོ་ཁ་མཆུ་ལ་མི་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ཆོ་མི་ཆོ་འདིའི་བསམ་པ་  
 འགྲུབ་པ་ཅམ་ཡིན་པ། འདིར་ནི་ཆོས་ལྗན་གྱི་བྱ་བ་གང་བྱེད་ཀྱང་། དགོན་མཆོག་  
 ལ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་བྱས་ན་བདེ་སྒྲག་དུ་འགྲུབ་ཅིང་། དེ་ཡང་མཐའ་བཟང་བ་  
 ཆོས་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པ་ལ་གོ་དགོས། དེ་ཡང་བོད་འདིར་སྤོན་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 བསྟན་པ་མ་དར་བའི་ཕྱ་རོལ་དུ་རང་སངས་རྒྱས་གསུམ་བྱོན་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་ཁོ་ན་  
 མཛད་ཅིང་། བསྟན་པ་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་སྤྱིགས་པར་མཛད། སོ་སོས་རྩུ་  
 འཕུལ་སྟོན་བཞེད་ནས་མཛུབ་མོས་རི་འབྲིགས་ཞེས་པས་ཁོ་རང་བཞུགས་པའི་རི་  
 རྣམས་ལ་ཕྱག་མཛུབ་གྱིས་བྱག་པ་འབྲིགས་པར་མཛད་པས་སྤྱི་བོ་རྣམས་ལ་མཆོན་  
 བ་ཅི་ཡིན་ཞུས་པས། ངས་སངས་རྒྱས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པའི་མཐུ་ཡིན་གསུངས།  
 ཐབ་སོ་འཛིན་ཞེས་པས་ཐབ་ཆེན་པོ་འགྲིལ་ཡོང་བ་སོས་འཛིན་པར་མཛད་པ་ཅི་ཡིན་  
 ཞུས་པས། ཆོས་ལ་སྐྱབས་འགྲོ་བྱས་པའི་མཐུ་ཡིན་གསུངས། དཔུང་པ་རི་འགྲུལ་  
 ཞེས་པས། དཔུང་པས་རི་ལ་སྐུལ་སྤྱོད་མཛད་པ་ཅི་ཡིན་ཞུས་པར་དགོ་འདུན་ལ་



སྐྱབས་འགོ་བྱས་པའི་མཐུ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་མ་དར་  
 བའི་ཡུལ་དུ་བསྟན་པ་དར་བ་ཡང་སྐྱབས་འགོ་བྱས་ནས་འགྲུབ་ན། འོན་ཀའན་  
 འགྲུབ་མི་འགྲུབ་ཀྱི་སྐད་ཆ་ལ་བརྒྱ་མི་འདུག ཡན་ཡོན་བརྒྱད་པ་ལྟར་དུ་འཆང་རྒྱ་  
 བའི། སྐྱབས་འགོ་རྣམ་དག་བྱང་ན་སྐྱབས་གསུམ་ལ་མངོན་འདོད་ཀྱི་དད་པ་དང་།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བདེན་བཞི་དང་ལས་འབྲས་ལ་དད་པའི་དད་པ་སྦྱེས་ནས། མི་  
 ཁོམ་པའི་རྟེན་དུ་མི་སྦྱེ་བར་དལ་བ་བྱད་པར་ཅན་རྟེན་ལ། དེའི་ཆེ་ཡང་ལམ་སྟོན་  
 བཤེས་གཉེན་དམ་པ་དང་མཇལ་ནས། དེས་བསྟན་པའི་ལམ་སྦྱོར་ཅི་མ་ལོག་པ་ལ་  
 བསྐྱབས་ཏེ་ལྟར་དུ་སངས་རྒྱ་བར་འགྱུར། དེའི་ཕྱིར་དེ་ལྟ་བུའི་ཡན་ཡོན་དུན་པས་  
 ཉིན་ལན་གསུམ་མཆོན་ལན་གསུམ་དུ་སྐྱབས་འགོ་བྱེད་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཐུན་ཅུག་  
 རྣལ་འབྱོར་མ་ཆག་བར་གནང་མཁན་ཆོ་ལ་དེ་ཁས་འབྲས་ཤིང་། དེ་མིན་ཀྱང་  
 ཞོགས་པ་ཡན་ལག་བདུན་པ་མརྒྱལ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་གིས་སྒྲ་དངས་ཏེ་སངས་  
 རྒྱས་ཆོས་ཆོགས་མ་ལན་གསུམ་གྱི་སྟོན་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་ཆད་མེད་དང་  
 བཅས་པ་མ་ཆག་པར་མཛད་དགོས། ཐུན་མང་གི་བསྐྱབས་བྱ་དུག་པ་ནི། ཐུགས་  
 བརྩ་ཐུན་སེལ་གྱི་ཁྱད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐུགས་གར་འགོ་ཡང་ཐུགས་དེའི་དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ་དགོས་པའི་བསྐྱབས་བྱ་ཞིག་བསྟན་རིམ་གོང་མ་འགའ་  
 ཞིག་དུ་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཐུན་ཐུམ་ཆོགས་ཤིང་། མ་བྱས་ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་པ་རྗེ་རིན་པོ་  
 ཆེའི་དགོངས་པ་ཡིན། བསྐྱབས་བྱ་དུག་པ་དངོས་ནི། སྟོག་གམ་བཅད་གད་ཀྱི་ཕྱིར་  
 ཡང་དཀོན་མཆོག་སྒྲོས་མི་གཏོང་བ་སྟེ། སྟོན་རྩི་བོ་བོད་དུ་བཞུགས་པའི་ཆེ་རྒྱ་གར་  
 རས་ཨ་ཅ་ཅུ་གཉིས་འོངས་པ་ན། རྩི་བོས་མཆོན་མ་ཡེ་མ་གཟིམ་པར་གསུང་བཤོས་  
 ཁོན་མཛད་ཀྱིན་བཞུགས་པས། འབྲོམ་གྱི་སང་ཞོགས་གསེལ་རྩ་བར་ཕེབས་  
 སྐབས། རྩི་བོ་ལ། མདངས་གསུང་བཤོས་དེ་ཅམ་མཛད་ནས་དོན་ཡོད་པ་ཅི་བྱང་  
 བྱས་པས། གཞན་གང་ཡང་མ་བྱང་། རྒྱ་གར་ལྟ་ཐུགས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཞིག་གིས་དོན་



ཆེན་པོ་བྱས་འདུག་གསུང་། ཅི་ལགས་ཁྱེས་པས། རྒྱལ་པོ་དེ་གར་ལོག་གི་རྒྱལ་པོས་  
 བཟུང་ནས། བྱིས་དཀོན་མཆོག་སྒྲོས་མི་གཏོང་ན་གསོད་བྱས་ཀྱང་། དེས་  
 དཀོན་མཆོག་སྒྲོས་མ་བཏང་བར་དེ་བསད་པ་ཡིན་འདུག་པས། དེ་ཅམ་དེ་ཁིང་  
 ཁམས་ནམ་པར་དག་པ་ཞིག་དུ་སྒྲིས་ནས་མཐུ་ཆེན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞིག་དུ་  
 བྱུར་ཡོད་འགྲོ་གསུངས། དེ་ལྟར་སྒྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་སྐྱབས་འགྲོ་སྒྲོས་གཏོང་མི་རུང་  
 བ། ར་སྤྱད་མར་སྤྱད་སོགས་འདོད་པ་ཁ་གང་གི་དོན་དུ་དཀོན་མཆོག་སྤྱང་བ་ཁ་ལ་  
 བཏགས་བཏགས་པར་སྤྱོད་པ་ནི་སྤྱོད་པ་གཏན་ནས་མེད་པའི་ཉགས་ཡིན་པས་དེ་  
 འདྲ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་བྱེད་མི་རུང་། གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས།  
 ཅིག་ཤོས་བྱིས་དཀོན་མཆོག་སྒྲོས་མི་གཏོང་ན་དམག་འདྲེན་བེར་བ་ལ། དེ་ལྟར་མ་  
 བྱེད་བྱས་ཀྱང་མ་ཉན་པ་ན་རྒྱལ་པོས་ཆུ་ཆེན་པོ་ལ་དམག་ཡོང་ས་མེད་པ་ཞིག་བཟོས་  
 བས། གཞན་ཐབས་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་ཅིང་བསྐྱོད་པས། ས་  
 རོལ་གྱི་དམག་གིས་གྲུ་གཟིངས་བཏང་ནས་ཡོང་པར་གྲུ་གཟིངས་ཞིག་ནས་སྤོང་མོ་  
 སོར་མོ་གསུམ་པའི་སྤྱིང་དུ་ཆུད་ཅིང་རྒྱལ་པོ་དེ་ལ་གཞོད་པ་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་ཡིན་  
 གསུངས། བསྐྱབ་བྱ་དེ་ནམས་ལས་སྒྲོག་གི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་བཏང་ན་སྐྱབས་  
 འགྲོའི་སྤྱོད་པ་གཏོང་བར་འགྱུར་ཁིང་། སྐྱབས་ལ་གཉིས་འཛིན་བྱེད་ན་ཡང་དཀོན་  
 མཆོག་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་པ་ཡིན་པས་སྐྱབས་འགྲོ་གཏོང་། གཞན་ནམས་བྱིས་བསྐྱབ་  
 བྱུང་ང་འགལ་བའི་ཉེས་པ་འབྱུང་བ་ལས་སྐྱབས་འགྲོ་གཏོང་བ་མིན་གསུངས། དེ་  
 ལྟར་ན་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཟུན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཆེན་པོ་ཡིན་  
 ཁིང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། དོན་བསྐྱུས་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་  
 གསུམ་གསུངས་ཏེ། བཟུན་པ་ལ་འཇུག་པའི་སྒྲོ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ། ཕྱི་ནང་གི་བར་  
 ཆད་བྱིས་མི་བཟླ་བ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་གོང་ནས་གོང་དུ་འཕེལ་བ་གསུམ་  
 གསུངས་སོ་ཞེས་བཀའ་སྩལ། ། །



## ཉིན་ཉིན་གཅིག་པ།

ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙཱ་ཁ་པ་ཆེན་པོས། ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་རྟེན་  
 བཟང་འདི། ། བེན་ཏུ་རྟེན་དཀའ་དོན་ཆེར་ཤེས་གྱུར་ནས། ། ཉིན་མཆོན་ཀུན་ཏུ་  
 སྟོང་པོ་ལེན་པའི་སྒྲོ། ། རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་སྒྲོབས། ། ཞེས་པའི་  
 ལུང་འདྲེན་དང་བཅས་སྒྲོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་བྱད་པར་སྐབས་འགྲོ་ཙམ་  
 བྱེད་ཏུ་བྱས་ནས་ལས་འབྲས་ལ་སྤང་དོར་བྱ་དགོས། དེ་ཡང་སྲིད་པ་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་ན།  
 འདོད་པ་ལ་སྲིད་པ་གོང་འཕེལ་ཏུ་སྤང་ནས་ངན་སྤང་ལ་སྐྱག་པ་མི་སྐྱེ། དེ་ལ་བརྟེན་  
 བས་དཀོན་མཆོག་ལ་སྐབས་སྤྲོ་མི་བཞེན། དེ་ལྟར་མ་བཞེན་ན་ཁས་སྤངས་རི་ལྟར་  
 མང་ཡང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་པ་མཆུད་པ་ཡིན་ཏེ། དགེ་བཤེས་པོ་ཏོ་བས། སྲིད་ལ་  
 མི་སྐྱེ་འདོད་ལ་སྲིད་འཕེལ་བས། ། ངན་སྤང་མི་སྐྱག་སྐབས་ལ་མི་བཞེན་ན། །  
 ཁས་སྤངས་མང་ཡང་བསྟན་པའི་སྒྲོན་པ་མཆུད། ། བྱི་ལ་ཟན་བྱིན་བྱུར་མེད་བྱེད་དང་  
 འདྲ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། དེར་མ་ཟད་དགེ་བཤེས་དེས། དང་  
 སང་གི་དུས་སུ་དགེ་སྦྱང་མང་ཡང་། བསྟན་པའི་སྒྲོན་པ་མཆུད་པ་མང་། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་སྐབས་བྱེད་དངོས་ནི་ཆོས་ཡིན་གསུངས།  
 གཉིས་པ་ལ་གསུམ། ལས་འབྲས་སྤྱིར་བསམ་པ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྲོ་ས་  
 བཅད་འདི་དག་བཤད་པའི་ཆོད་གོས་ལ། ཉམས་སྤྱེལ་པའི་ཆོ་མི་དགོས་པ་མིན་  
 པར་ཉམས་ལེན་གྱི་སྐབས་ངས་པར་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ཐུགས་རབ་བཟང་བ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ས་བཅད་ཁོ་ནའི་སྟེང་ནས་ཐུན་སྦྱང་། དེ་ལྟར་མིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་  
 ས་བཅད་གཏོར་ན་ཉམས་ལེན་གྱི་ཆོ་ལམ་གྱི་གོ་རིམ་ཐམས་ཅད་འཕྲོར་ནས་འགྲོ་བས་  
 ས་བཅད་ངས་ངས་མཛད་དགོས། འདིའི་ལས་འབྲས་སྤྱིར་བསམ་པ་དང་། བྱེ་



བྲག་དུ་བསམ་པ་གཉིས་བྱན་སྦྱང་བའི་ཆོ་བསམ་པ་ཡིན་ལ། བསམས་ནས་འཇུག་  
 རྟེན་བྱ་ཚུལ་ནི་བྱན་མཚམས་སུ་ལག་ལེན་དུ་འགེལ་རྒྱ་ཡིན། དེ་ཡང་མདོར་ན་རང་  
 གི་ཆོ་ཉིལ་པོའི་བྱེད་སྦྱོང་ཐམས་ཅད་ཉིན་ཞག་གཅིག་གི་བྱེད་སྦྱོང་དུ་འདུ། དེ་ཡང་  
 བསམ་པ་དང་སྦྱོང་ལམ་གཉིས་སུ་འདུ་བས་འདིའི་ས་བཅད་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་བསམ་  
 པའི་སྐབས། ལས་འབྲས་ལ་བསམ་པའི་ཚུལ་དང་། གསུམ་པས་སྦྱོང་ལམ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་ལས་འབྲས་ལ་འཇུག་རྟེན་བྱ་ཚུལ་བཞུན་པས་ཆོ་ཉིལ་པོའི་དགེ་སྦྱོར་ཐམས་  
 ཅད་ས་བཅད་གསུམ་པོ་འདིའི་ཁོངས་སུ་བསྟུས་ནས་བཞུན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ལས་  
 འབྲས་ནི་ཤིན་ཏུ་ལྡོག་གྱུར་ཡིན་པས། དེ་ལ་སོ་སྒྲིའི་སྒྲོས་ངེས་ཤེས་སྒྲེ་དཀའ་བས་  
 ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུབ་དགོས་ལ། སྒྲུབ་ཚུལ་ཡང་། སྦྱོར་པས་  
 འོངས་སྦྱོང་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ། ། ཞེས་པའི་ལུང་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་གི་བཞུན་བྱའི་  
 རྟོན་ལ་མི་བསྟུ་བ་ཡིན་ཏེ། དཔུང་གསུམ་གྱིས་དག་པའི་ལུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 པའི་རིག་པ་ལ་སྒྲུངས་པའི་དགོས་པ་ཡིན་པས་འདི་ཆོ་བྱན་དགོས། རང་གི་བཞུན་  
 བྱའི་རྟོན་ལ་མི་བསྟུ་བ་ཡིན་ཚུལ་ཡང་། རང་གི་གཞལ་བྱ་མདོན་གྱུར་ལ་མདོན་སུམ་  
 གྱིས་མི་གནོད། ལྡོག་གྱུར་ལ་རྗེས་དཔག་གིས་མི་གནོད། ཤིན་ཏུ་ལྡོག་གྱུར་ལ་ཡིད་  
 ཆེས་རྗེས་དཔག་གིས་མི་གནོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འགོད་ཅིང་། དེའི་ནང་ནས་ད་ལན་  
 ཕྱི་མ་འདི་དགོས་པས་དེ་འདྲའི་གཞལ་བྱ་ཤིན་ཏུ་ལྡོག་གྱུར་ལ་ཡིད་ཆེས་རྗེས་དཔག་  
 གིས་མི་གནོད་ཚུལ་ནི་ལུང་ཆོད་མས་མི་གནོད་པ་དགོས། དེའི་ཚུལ་ཡང་དཔེར་ན།  
 སྦྱོར་པ་ལས་འོངས་སྦྱོང་འབྱུང་བ་དང་། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་བདེ་འགོ་ཐོབ་པར་ལུང་  
 འདིར་གསུངས་ཀྱང་། ལུང་གཞན་དུ་སྦྱོར་པ་ལས་བཞེན་པར་འགྱུར་བ་དང་།  
 ཚུལ་བྲིམས་ཀྱིས་ངན་འགོར་འགོ་བར་གསུངས་ཡོད་ན། ལུང་ཕྱི་མའི་རྟོན་ངེས་པའི་  
 ཆོད་མ་དེས་ལུང་དང་པོའི་རྟོན་ལ་གནོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་གཏན་ནས་  
 མེད་ཐག་ཆོད་སྟམ་དུ་བསམས། དེ་ནས་སྦྱོར་བསམ་པ་ལ་ཡང་། སྦྱོར་བསམ་པ་



དངོས་དང་། སྐྱེ་བཅས་པ་གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་སྒྱུར་བཅས་པ་དངོས་  
 ལ་བཞི་གསུང་། བཞི་པོ་དེ་ནི་དགེ་མི་དགེའི་ལས་ཐམས་ཅད་ལ་སྒྱི་བྱལ་དུ་ཡོད་  
 པའི་བྱད་ཆོས་ཡིན། འོ་ན་ལས་ངེས་པ་རྣམས་སྒྲིན་འབྱེན་ངེས་མ་ཡིན་པ་ལ་མེད་སྟེ་  
 ར། དེ་ཡང་གཉིན་པོས་མ་བཙམ་ན་རྣམས་སྒྲིན་འབྱེན་ངེས་ཡིན་པས་བྱད་ཆོས་དེ་  
 བཞི་ཆར་ཆང་བ་ཡིན། སྒྱུར་བཅས་པ་འདི་ལ་ནན་ཏན་བྱས་ནས་ངེས་ཤེས་རྟོག་ན།  
 དཔེར་ན། ཆོང་པ་གཅིག་ལ་བྲེ་ཞིག་ཡོད་ན་པར་ཆོང་བ་ཡང་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱེད།  
 ཚུར་ཉོ་བའི་ཆོ་ཡང་བྲེ་དེའི་ཆོ་ཚུང་སྐགས་ལ་ངེས་ཤེས་རྟོག་པའི་དབང་གིས་ཆོང་  
 ཐིག་པོ་བྱས་ནས་ཉོས་ཆོག་པ་ལྟར། འདི་ལ་ངེས་ཤེས་རྟོག་པས་ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་  
 པ་ལ་ངེས་ཤེས་སྒྲིས་ནས་འཇུག་ཤོག་བྱེད་སྟེ་བ་ཡིན། ལས་འབྲས་འདི་ལ་ནི་སངས་  
 རྒྱུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་ནན་ཏན་ཆོ་བར་མཛད་ནས་ལས་འབྲས་བཅས་པ་ལ་རྒྱལ་བ་  
 དགྲེས་པའི་ལམ་བཟང་ཞེས་མདོ་ལས་བསྟགས་ཤིང་། རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
 གསུངས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཆོས་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་དགྲེས། མ་བྱས་ན་རྒྱལ་བ་མི་  
 དགྲེས་པ་ཡིན་ལ། ཆོས་བྱས་མ་བྱས་ཀྱང་ལས་འབྲས་བཅས་མ་བཅས་མས་འདི་ག་  
 ཡིན། དེའི་དང་པོ་ལས་ངེས་པའི་རྒྱལ་དང་། ལས་འཕེལ་ཆོ་བ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
 རྒྱབ་པ་གཉིས་དང་། མ་བྱས་པ་དང་མི་བྱད་པ་དང་། བྱས་པ་རྒྱུད་མི་བྱ་བ་གཉིས་  
 ཀྱིས་དགག་པ་གཉིས་བསྟན་པ་ཡིན། དང་པོ་རྒྱབ་པ་གཉིས་ནི། ལས་མང་ཡང་  
 འབྲས་བྱ་མ་འདྲེས་པར་རྒྱབ་པ་དང་། ལས་ཉུང་བའམ་རྒྱུད་ཡང་བྱད་དུ་མི་གསོད་  
 པར་རྒྱབ་པ་གཉིས་ཡིན། དགག་པ་གཉིས་ནི། ལས་མ་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་འདོད་  
 པ་དགག་པ་དང་། ལས་བྱས་ཀྱང་འབྲས་བྱ་མི་འདོད་པ་དགག་པ་གཉིས་ཏེ། བཞི་  
 ཡོད་པའི་དང་པོ་ལས་ངེས་པ་ཡིན། རྗེན་དག་བཙམ་པ་གྲགས་པ་ཞེས་པ་ཐུག་ལ་  
 རྒྱུན་ཡོད་པས་བར་བར་དུ་ཐུག་ལ་བསྐྱུང་བྱུག་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་ཡང་།  
 འབྲས་རབས་རྗེན་མ་ཞིག་དུ་བྱད་མེད་ཞིག་ལ་ཆགས་སེམས་ཀྱིས་རིག་ཅམ་བྱས་



[illegible]



ཤེས་ཀྱི་སྟེང་དུ་སྒྲུབ་ཅེ་ལ་པར་བཏབ་པ་ལྟར་ཡོད་གསུངས་ཏེ། སྒྲུབ་ཅེ་ལ་རྩས་  
 བྱུགས་ནས་སྒྲུལ། པར་རྒྱབ་དེ་ནས་ཆུའི་ནང་དུ་སྤང་ན་ཁ་དོག་གང་དགོས་པ་དེ་  
 ཡོང་བ་ཡིན་པར་འདུག་པས་དེ་བཞིན་དུ་རང་རེའི་ལས་ཐམས་ཅད་བསགས་པའི་  
 སྐད་ཅིག་གཉིས་པ་ནས་པར་བཏབ་པ་བཞིན་ཡོད། དེ་ལ་སྟེང་པའི་ཆུས་སྒྲུབ་ན་  
 འབྲས་བུ་བདེ་སྟུག་ཐམས་ཅད་མ་འཆོལ་བར་བྲལ་ལམ་སྟེ་ཡོང་བ་ཡིན། ཡང་འདིར་  
 སྤར་ཉི་ཆེ་བའི་དམུལ་བའི་སྐབས་ཁྱས་པའི་དགེ་འདུན་སྤང་གི་རྟོགས་བརྗོད་དུན་  
 པར་བྱས་ནས་ལས་ངེས་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་ཤེས་སྦྱིད་དགོས་ཤིང་། འོ་ཆུས་གཞན་  
 ཡང་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ལ་སྟོན་པོ་རི་དྲགས་འཛིན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་བུ་མོ་ས་  
 གམོ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ལ་སྒྲོ་བ་སུམ་ཅུ་སྟོ་གཉིས་བྱང་བ་སྒྲིན་ནས་བུ་སུམ་ཅུ་སྟོ་  
 གཉིས་བྱང་། དེ་ནམས་ཆུང་དུ་ནས་རྒྱལ་པོའི་སྟོན་པོར་བསྐྱོས་ནས་སྟོན་པོ་ལེགས་  
 པོ་བྱང་ཀྱང་། འོ་ཆུང་བའི་སྐབས་ཀྱིས་ཅེད་མོ་ཅེར་འགྲོ་བ་ལ། གཅིག་གིས་སྟོན་པོ་  
 གཞན་ཞིག་གི་བུ་ཞིག་ལ་ཅེད་མོ་ཅེས་ནས་ཟམ་པའི་འགམ་ནས་སྤྱད་ཅག་རྒྱབ་སྟེ་  
 དེར་ཤི་བ་ན། བྱ་དེའི་པ་ཆོག་པ་ཟོས་ནས། རི་དྲགས་འཛིན་དང་ང་གཉིས་སྟོན་པོ་  
 འདྲ་འདྲ་ཡིན་ཀྱང་། ཁོའི་བྱས་ངའི་བྱ་གསོད་པ་ནི་མི་མཆོམས་པ་ཡིན་པས་གཡོ་  
 ཐབས་ཀྱིས་ལན་སྒྲུབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་སྟེ། དེ་དག་ལ་ཕྱི་རྟ་ལྷག་ཡིན་པ་ནང་དུ་གི་ཡོད་  
 པ་སུམ་ཅུ་སྟོ་གཉིས་བྱིན་ནས་ཅེད་མོ་ཅེ་ཡག་གིས་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་པོའི་སར་བྱིན་ནས་  
 བྱིས་པ་འདི་དག་གིས་རྒྱལ་པོ་རང་དགྲོང་བའི་སྤྱད་དུ་མཆོན་ཆ་འདི་འདྲ་བྱིར་འདུག་  
 བྱས་པས། རྒྱལ་པོ་དུས་རྒྱུན་རྟོག་འདུག་ཆེ་བ་ཡིན་ཡང་། འདིའི་སྐབས་ལས་ཀྱིས་  
 སྦྱིབ་ནས་བཏག་དམུད་མ་བྱས་པར་བྱིས་པ་དེ་ནམས་བསད་ནས་མགོ་ནམས་སྒྲུབ་དུ་  
 བཅུག་སྟེ་མ་ས་གམོའི་སར་སྦྱེལ་དུ་བཏང་བ་ན། མ་དེ་དེའི་སྟོན་ནས་བཅོམ་ལྷན་  
 འདས་ཀྱིས་རྒྱན་ཁྱགས་ལ་བཀོད་ཆར་བས། དེ་སྐབས་བུ་ནམས་ཀྱི་མགོ་མཐོང་བ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་མི་རྟག་པ་དང་བདག་མེད་པའི་དོན་ངེས་ནས་བྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་



བྱ་ཐོབ། དེ་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པས། སྡོན་གནས་མོ་ཞིག་གིས་རྒྱན་མ་སྤུམ་ཅུ་སྟོ་  
 གཉིས་ལ་གནས་ཆང་གཡར་བ་ན། རྒྱན་མ་དེ་དག་གིས་སྤང་ཞིག་བརྒྱས་ནས་  
 བསད་དེ། ཁོ་རང་ཆོས་ཀྱང་ཤ་བཟས་གནས་མོ་ལ་ཡང་བྱིན་པ་ཡིན། དེ་དུས་གྱི་  
 གནས་མོ་ནི་ས་ག་མོ་འདི་ཡིན། རྒྱན་མ་སྟོ་གཉིས་ནི་འདིའི་བྱ་སྟོ་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན།  
 སྤང་ནི་རྒྱལ་པོ་གསལ་རྒྱལ་ཡིན་པས་ལས་དེའི་འབྲས་བྱ་ཡིན་གསུངས་པ་དང་།  
 ཡང་སྡོན་དག་སྤྱོད་ཞིག་གིས་བྱང་གསོད་དང་བཅས་བཞིན་དུ་དག་འདུན་གྱི་ཆོགས་  
 གདན་ལ་ཞག་པོ་བས་དམུལ་བར་སྦྱིས། དག་སྤྱོད་གཞན་ཞིག་གིས་བྱང་གསོད་མེད་  
 པར་ཞག་ཅུང་ཞིག་པོ་པ་ལ་འགྲོད་པ་སྦྱིས་པས་སྤྱ་སྤྱན་པའི་ཁྲང་བྱ་ཅན་ཞེས་པར་  
 སྦྱིས་ནས་ལས་དངོས་གཞིའི་འབྲས་བྱ་ཆོགས་ཀྱང་། མི་ལུས་ཐོབ་ནས་ད་དུང་ལས་  
 གྱི་ལྷག་མ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་བྱང་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ལ། སྐལ་གཞུང་ཐམས་ཅད་དུ་  
 ཞག་བྱུགས་པ་ལྟ་བུའི་ཁ་དོག་ནག་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་བཅོམ་ལྷན་འདས་ལ་ཞུས་ནས་  
 ལུང་བསྟན་པ་དང་། ཡང་དག་འདུན་གྱི་གཏོང་སྟོ་ཕྱིར་འཐེན་པ་དང་། གཅིག་  
 བས་ཕྱི་སྟེ་གཅིག་དུ་བསྟོན་པ་དང་། ཏུང་དུ་གཏོང་བ་སོགས་བྱས་ན། དག་འདུན་  
 གྱི་གཏོང་སྟོ་སྟེད་ཉག་ལ་བཏང་བའི་འབྲས་བྱར། དམུལ་བ་སྟེད་པ་ཤིན་ཏུ་ཕ་བ་  
 ཆད་ལ་ཁད་ལྟ་བུ་ལ་མགོ་མཇུག་གཉིས་ཤིན་ཏུ་སྟོན་པར་སྦྱིས་ནས་སྤྱག་བསྐལ་སྟུང་  
 བ་ཡིན། གཉིས་པ་ལས་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི་ཆོམས་ལས། རྟིག་པ་རྒྱུད་དུ་བྱས་པས་  
 ཀྱང་། ། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་འཇིགས་ཆེན་དང་། ། སྤང་ཁྲོལ་ཆེན་པོ་བྱེད་འགྱུར་  
 ཏེ། ། ཁོང་བར་སོང་བའི་དུག་བཞིན་ནོ། ། བསོད་ནམས་རྒྱུད་དུ་བྱས་པས་  
 ཀྱང་། ། འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་བདེ་ཆེན་འདྲེན། ། དོན་ཆེན་དག་ཀྱང་བྱེད་འགྱུར་  
 ཏེ། ། འབྲུ་ནམས་སྤྱན་ཆོགས་སྟོན་པ་བཞིན། ། གསུངས་ཏེ། ལས་དག་རྟིག་  
 གཉིས་འཕེལ་ཆེ་བས། རྟིག་པ་རྒྱུད་དུ་རེ་བྱས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པ་རྣམས་དུང་ན་  
 འགྲོའི་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོ་འདིར་ཡང་སྤང་ཁྲོལ་ཆེན་པོ་བྱེད་པར་འགྱུར་



བ་ནི། དཔེར་ན་དུག་ཆུང་དུ་ཞིག་ཁོང་པར་སོང་ན། དེ་རིམ་གྱིས་ཆུ་ཇི་ཆེར་སོང་  
 བས་སྒོ་མཆིན་སོགས་ལ་སྒྲིན་ཆེན་པོ་བྱས་ཏེ་མཐར་འཁོར་བར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་།  
 བསོད་ནམས་ཏེ་དགེ་བ་ཆུང་དུ་བྱས་པས་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ་བདེ་བ་ཆེན་པོ་  
 འབྲེན་པར་བྱེད་ཅིང་། ཆོ་འདིར་ཡང་དོན་ཆེན་པོ་བྱེད་པར་འགྱུར་ཏེ། དཔེར་ན་  
 འབྲུ་ནམས་ལུན་ཆོག་ས་སྒྲིན་པ་བཞིན་ཞེས་གསུངས་ཤིང་མཛེངས་སྤྱོད་ལས། དེ་  
 ལས་ཀྱང་གོ་བདེ་བར། དགེ་བ་ཆུང་དུ་དག་ལ་ཡང་། ། མི་པན་སྒྲུལ་དུ་བརྟན་མི་བྱ།  
 ། རྒྱལ་ཐིགས་པ་བསགས་པ་ཡིས། ། སྤྲོད་ཆེན་རབ་དུ་གང་བར་འགྱུར། ། རྒྱིག་པ་  
 ཆུང་དུ་དག་ལ་ཡང་། ། མི་གནོད་སྒྲུལ་དུ་བརྟན་མི་བྱ། ། མེ་འདག་ཤུམ་མོ་ཞིག་གིས་  
 ཀྱང་། ། ཅ་ཤུང་རི་ཅམ་བསྐྱེད་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དགེ་བ་ཆུང་དུ་  
 འདིས་གང་ཡང་མི་པན་སྒྲུལ་དུ་བརྟན་བཅོས་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱ་ཐིགས་ཆུང་དུ་  
 བསགས་པས་སྤྲོད་ཆེན་པོ་གང་བར་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་དང་། རྒྱིག་པ་ཆུང་དུ་ལ་འདིས་  
 མི་གནོད་སྒྲུལ་དུ་བརྟན་བཅོས་མི་བྱ་སྟེ། དཔེར་ན་མེ་འདག་ཤུམ་མོ་ཞིག་གིས་ཅ་ཤུང་  
 རི་ཅམ་བསྐྱེད་པ་མཛོན་སྤྱོད་ལྟ་བུ་སྤྲོད་པ་ལྟ་བུ་སྟེ། འདིརི་དཔེ་ནི་གང་ཟག་ཁྱད་པར་  
 ཅན་འཕགས་པ་མོའུ་འགལ་གྱི་བུ་ལ་ཡང་། སྒྲ་ཆོ་སྤྲོད་མ་ཞིག་དུ་མ་ལ་ཁྲོས་ནས།  
 འདིརི་རྒྱང་ལག་འདམ་བུ་ལྟར་རྫོགས་པར་བྱེད་པ་འགའ་མེད་དམ་བུས་པས། དག་  
 བཅོམ་ཐོབ་ནས་དཔུལ་བའི་ཡུལ་དུ་བྱོན་པ་ན་ལུ་སྤྲོགས་རྫོགས་བྱེད་དཔུལ་བར་སྒྲུས་  
 ཡོད་པ་དེས། ངའི་རྗེས་འབྲུག་ནམས་ཀྱིས་ངའི་ཤུང་པོ་ལ་མཆོད་པ་བྱས་རེས་ཀྱིས་  
 ང་ལ་སྤྱུག་བསྐུལ་འདི་ལྟར་འདུག་པས་དེ་མ་བྱེད་ཅེས་ཁྱོད་ཀྱིས་ལན་སྒྲིལ་བེར་བ་ལ།  
 མོའུ་འགལ་གྱི་བུས་ལུ་སྤྲོགས་ནམས་ལ་ལན་བསྐུལ་བས། ལུ་སྤྲོགས་བྱེད་ནམས་ཁྲོས་  
 བས་མོའུ་འགལ་གྱི་བུརི་སྤྱུག་ཞབས་ཐམས་ཅད་འདམ་བུ་ལྟར་རྫོགས་པར་བྱས་པ་ཡིན།  
 དེ་ལྟ་བུརི་ཁ་རྒྱིག་ཆུང་དུ་དེ་འཕེལ་ནས་དག་བཅོམ་ཐོབ་ཀྱང་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་དེ་  
 འདྲ་ཡོང་ན་གཞན་ལ་སྒྲོས་ཅི་དགོས། ཆོ་འདིར་ཡང་འཕེལ་ཆེ་བ་ནི། ལམ་ཆུང་



པས་གད་གདར་མཛད་པའི་ཆོ་གད་རོའི་དགྲིལ་ནས་ཅི་ཅིའི་རོ་ཞིག་རྟེན་པ་ཆོང་  
 དཔོན་ཞིག་ལ་བྱིན་པས། ཆོང་དཔོན་དེས་རྒྱུར་སྒྲན་མ་སྒྲར་མོ་གང་བྱིན། དེ་ལ་  
 སྒྲན་ཡོས་ཚོད་ནས་ཤིང་བྱུན་འགའ་ཞིག་ལ་བྱིན་པས། དེ་དག་གིས་ཤིང་ཅུང་ཟད་  
 རེ་ཡུལ། ཤིང་རྒྱམས་པར་བསྐྱར་རྒྱུར་བསྐྱར་མཛད་པས་སྐྱ་ཆོ་དེ་ཁ་རང་ལ་བྱུག་  
 བོར་སོང་། དེ་ནས་ཆོང་དཔོན་གྱི་དྲིན་དྲན་ནས་གསེར་གྱི་ཅི་ཅི་བཞི་བཟོས་ཏེ་  
 བརྒྱལ་གྱི་སྒྲོགས་བཞིར་བཞག་ནས་ཆོང་དཔོན་ལ་ཡུལ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ཡོང་བ་  
 ཡང་དང་པོ་ཅི་ཅིའི་རོ་བྱིན་པའི་དགེ་བ་དེ་འཕེལ་ནས་ཆོ་དེ་ལ་ཡང་འབྲས་བུ་ཆེན་པོ་  
 དེ་འདྲ་བྱུང་བ་ཡིན་སྟུང་དུ་ངེས་ཤིས་བསྐྱེད། གཞན་ཡང་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བོ་སྤྱིས་ཀྱིས་  
 འཛམ་བུ་སྤྱིང་དབང་བཟ། རེ་ཤིག་དུ་བྱ་སྤྱིག་པ་ཁ་དྲང་དྲང་བྱེད་ཅིང་སྤྱད་འདོན་  
 མི་བྱབ་པ་མཐོང་ནས་ཅི་ཡིན་དྲིས་པས། རེ་འདིར་དྲང་སྤྱང་ཆེན་པོ་མཆོག་བརྒྱད་  
 བཞུགས་པས་བྱའི་སྤྱད་ཀྱིས་བསམ་གཏན་ལ་གནོད་ནས་དེ་དག་གིས་བདེན་ཆོག་  
 བཟོད་པ་ཡིན་བྱས་པས། རྒྱལ་པོས་དྲང་སྤྱང་སེམས་ཅན་ལ་གནོད་འཆོ་བྱེད་པ་  
 ངའི་ས་ཆར་མི་འཛོག་ཟེར་བ་བཞེན། དྲང་སྤྱང་རྒྱམས་ཤར་ལུས་འཕགས་སྤྱིང་དུ་  
 བྱིན་པར། རྒྱལ་པོས་དྲང་སྤྱང་གར་སོང་ཟེར་བ་ལ་སྤོན་པོ་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚོན་  
 བཤད་པས། རྒྱལ་པོ་ང་ཡང་འགྲོ་ཟེར་ནས་བྱིན་ཏེ་དེ་ཡང་དབང་དུ་བསྐྱས། དེ་  
 བཞིན་དུ་རྒྱབ་བ་ལང་སྤྱོད་དང་། བྱང་སྤྱི་མི་སྤྱན་ཐམས་ཅད་དབང་དུ་བསྐྱས་ཤིང་།  
 བཟར་སུམ་ཅུ་ཙ་གསུམ་གྱི་བརྒྱ་བྱིན་གྱི་སྤྱན་བྱེད་ལ་དབང་བའི་རྒྱལ་པོར་གྱུར་པ་དེ་  
 ཡང་། སྤོན་རྒྱ་གར་གྱི་ཡུལ་ཞིག་དུ་བག་མ་གཏོང་ལེན་བྱེད་པའི་ཆོ་སྒྲན་མ་སོགས་  
 བྱིན་ནས་གཏོར་གཏོར་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། མི་ཞིག་གིས་སྒྲན་མ་སྒྲར་བ་གང་བྱིན་ནས་  
 བྱིན་པས། སངས་རྒྱས་བསོད་ནམས་སྟོབས་དང་མཇལ་ནས་དད་པ་སྤྱིས་ཏེ་གཞན་  
 འབྲུལ་རྒྱ་མ་རྟེན་པར་སྒྲན་མ་དེ་གཏོར་བས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་གསོལ་ལྷུང་གི་ནང་དུ་  
 སྒྲན་མ་བཞི་སོང་། བྱུགས་ཀར་བྱེད་གཉིས་ཕྱག་པའི་འབྲས་བུར་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བོ་སྤྱིས་



སྤྱི་ཆུ་ར་ནས། སྤྱི་བཞི་དང་སྤུ་ཅ་ཅ་གསུམ་གྱི་བདག་པོའི་བྱེད་ལ་དབང་བ་བྱུང་  
 པ་ཡིན། ཡང་གསེར་ལྷ་ཞེས་པ་ནོར་དང་རིན་པོ་ཆེའི་བང་མཛོད་ལ་མངའ་བ་ཞེས་  
 པ་ཞིག་བྱུང་བ་ན། དེའི་རྒྱ་སངས་རྒྱས་ལ་ཞུས་པས། རྩོན་སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་  
 དུས་སྤྱི་ཇའི་བུམ་པའི་ནང་གསེར་གྱི་དོང་ཅེ་སྤྱགས་ནས་མེ་ལོང་གིས་ཁ་བརྒྱན་ཏེ་  
 དགོ་འདུན་ལ་ཕུལ་བའི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་གསུངས་པ་དང་། གསེར་དབྱིག་ཅེས་པས་  
 ཀྱང་རྩོན་རྒྱ་རྒྱུང་དུ་ཞིག་བྱས་པས། རྩོས་མ་ཐག་ནས་ལག་པའི་ནང་དུ་གསེར་གྱི་  
 དོང་ཅེ་ཡོད་པ་ཞིག་བྱུང་ཞིང་། དོང་ཅེ་དེ་ནས་ཁོ་རང་གིས་ལོངས་ཅི་ཅམ་སྤྱད་ཀྱང་  
 ཡང་གསེར་དུ་རྩོས་ནས་ཟད་པ་མེད་པ་བྱུང་། ཡང་རྩོན་བྱད་མེད་ཞིག་གིས་གཙུག་  
 ལག་ཁང་གི་ཉི་འདབས་སྤྱར་བ་བྱུང་འགའ་ཞིག་དང་ལོག་པར་སྤྱད་པས་དཔུལ་བ་  
 མནར་མེད་དུ་རྩོས་ཤིང་། སངས་རྒྱས་ཤྱུ་བྱབ་པའི་དུས་སྤྱི་ལོང་བ་ཞིག་དུ་རྩོས།  
 རབ་བྱུང་རྣམས་འབྱུ་ལ་རྩོས་ནས་སྤྱི་དེའི་ལུས་ཟ་བར་བྱེད་པའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བ་སྟོན་  
 པས་ལུང་བསྟན་པ་དང་། སངས་རྒྱས་རྣམ་གཟིགས་ཀྱི་དུས་དགོ་འདུན་གྱི་ལས་  
 བྱེད་ཞིག་གིས་འབྱུལ་སྤྱད་ལ་བྱིན་ནས་རྟེན་བཀྱར་མང་དུ་བྱུང་བ་དགོ་འདུན་ལ་ཕུལ།  
 རིན་པོ་ཆེ་བྱུང་མཚར་ཞིག་བྱུང་བ་ཁོ་རང་གིས་ཉར་བསྟན་པ་ན། དགོ་འདུན་གྱིས་  
 མཁྱེན་ནས་རིན་པོ་ཆེ་དགོས་གསུངས་པས། བྱེད་རང་རྣམས་མི་གཙང་བ་བཞེས།  
 རིན་པོ་ཆེ་རང་རང་ལ་བྱིན་པ་ཡིན་བྱས་པར། བཤགས་པ་བྱས་ཀྱང་དཔུལ་བ་མནར་  
 མེད་དུ་རྩོས་ནས་སྤྱག་བསྟུལ་དཔག་དུ་མེད་པ་མྱོང་ཞིང་། སངས་རྒྱས་མོས་པ་སྤྱང་  
 མཛོད་ཀྱི་བར་སངས་རྒྱས་རེ་རེ་འཛིག་ཉིན་དུ་བྱོན་པའི་ཆོ། དགོ་འདུན་འདུ་བའི་  
 བྱི་ཁྱུང་དུ་རྩོས་ནས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་དེའི་ལས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ལུང་སྟོན་པར་  
 མཛོད་པ་དང་། དེར་མ་ཟད་ལུང་སྟོན་མཁན་མེད་པ་མ་གཏོགས་ན་ནིང་བར་  
 སྐབས་རྩ་རྩེད་དུ་བྱ་མོ་ཞིག་གིས་དཔེ་གསངས་ཞེས་པར་བསངས་གཏོང་བར་བྱིན་  
 སྐབས་དང་པོ་གཡང་ཏམ་གཉིས་རྟེན། དེ་ནས་མང་དུ་རྟེན་དེ་དེར་བྱིན་རེས་ཀྱིས་



དངུལ་ཁམ་བཅོ་ལྔ་ཅམ་རེ་རྟེན་པ་ན་མི་གཞན་གྱིས་བཅལ་ཀྱང་སྐར་མའི་ལི་གཅིག་  
 ཀྱང་མ་རྟེན་པ་བྱུང་འདུག། དེ་ལ་ཡ་མཆོན་རྒྱ་གང་ཡང་མེད། དེ་ལས་ཀྱང་རང་རེ་  
 སྲིན་བྱས་ཕྱག་འཆལ་རྒྱང་ལ་ཞོན་ཞེས་སྐགས་སྲོན་ནས་ཁྲུས་པ་ལྟར། ཕྱག་འཆལ་  
 བ་དང་། སངས་རྒྱས་ཞེས་ལབ་རྒྱ་རྟེན་པ་དང་། ཐལ་མོ་སྦྱར་ཤེས་པ་ལས་བཟང་  
 པོ་བྱད་པར་ཅན་ཞིག་གིས་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་ངོ་མཆར་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྦྱབ་པ་  
 གཉིས་པོ་སང་ནས། གསུམ་པ་ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་ཕྱད་པ་ནི། རང་ཅག་རྣམས་  
 ལས་གཏན་ནས་མ་བྱས་པར་འབྲས་བུ་སངས་རྒྱས་ཚུན་ཆད་འདོད་པ་ཡོད་ཀྱང་ལས་  
 མ་བྱས་པར་འབྲས་བུ་ཡོང་ས་མེད། དེའི་ནང་ནས་དབང་པོ་དང་མི་འཆམ་པའི་  
 ཆོས་མང་པོ་བྱེད་མདོག་བྱས་ཀྱང་དེ་ལ་འབྲས་བུ་མེད་པ་ཡིན། འོ་ན་ལས་མ་བྱས་པ་  
 དང་མི་ཕྱད་ན། བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་ཕུན་སྦྱུང་ཆོགས་པ་རྣམས་སངས་  
 རྒྱས་འདྲ་དཔག་མེད་ཀྱིས་བྱས་པའི་ལས་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པ་ལ། དེར་སྦྱས་པ་  
 རྣམས་ཀྱིས་ལས་དེ་མ་བྱས་ཀྱང་དེར་སྦྱེ་བ་གང་ཡིན་སྟམ་དུ་རྟོགས་ལྡན་རྣམ་དཔྱད་  
 ཅན་ལ་དོགས་པ་སྦྱེ་བ་སྲིད་པས་དེ་བསལ་བའི་ཕྱིར། སྦྱོན་པས་ཆོགས་གངས་མེད་  
 པ་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་ལ་སྦྱོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་རྒྱ་ཐམས་ཅད་བསགས་མི་  
 དགོས་ཀྱང་ཆ་གཅིག་བསག་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཞིང་གི་ཡོན་  
 ཏན་ལ་སྦྱོད་པ་ལ་རང་གིས་ཀྱང་དེར་སྦྱེ་བའི་སྦྱོན་ལམ་བཏབ་པ་སྐགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་  
 དགོས་སོ། འོ་ན་རང་རང་སོ་སོས་ལས་བྱེད་དགོས་ན། སངས་རྒྱས་དེས་བྱས་པ་ལ་  
 དགོས་པ་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། དེ་མེད་ན་སྦྱོན་ལམ་འདེབས་པའི་གཞི་གཏོར་  
 བར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། འོན་ཀྱང་སངས་རྒྱས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཞིང་གི་མཐུ་ལ་བརྟེན་  
 པའི་དམིགས་བསལ་རེ་གཉིས་ཡོད་གསུང་ངོ་། དེ་ཡང་བཤེས་སྤྱངས་ལས། བྱོད་  
 ཀྱིས་བྲམ་ཟེ་དགོ་སྦྱང་ལྟ་དང་ནི། ། མགོན་དང་ཡབ་ཡུམ་དག་དང་བཅུན་མོ་  
 དང་། ། འཁོར་གྱི་སྤང་དུ་སྤིག་པ་མི་བགྱི་སྟེ། ། དཔྱལ་བའི་རྣམ་སྤྲིན་སྐལ་འོད་



འགའ་མ་མཆིས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ད་ལྟ་ང་རང་ཚོ་དོན་དུ་རང་གི་འདོད་  
 པར་མ་བབས་ན་ག་ནས་བྱེད་ཀྱང་འདོད་པར་བབས་ནས་ཐོག་པ་སྣ་ཚོགས་བྱས།  
 དེ་ཡང་འདོད་པར་བྱང་ནས་བྱས་པ་ཡིན་མི་ཟེར། དག་ཅེས་དང་དག་ཕྱག་པ་མ་  
 སོགས་ཀྱི་དོན་དུ་མི་བྱེད་དཀའ་མེད་བྱང་ཟེར་ཏེ། སང་གནང་དཔུལ་བའི་སྤྱག་  
 བསྐལ་མྱོང་བའི་ཆེ་ཁྱོད་ཀྱི་དོན་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པས་འདི་ཁྱོད་རང་བགྱིས་ཤིག་  
 ཅེས་སྤྱག་བསྐལ་པར་སྤྱོད་རྒྱ་ལྟ་བཞག་བགོ་བཤའ་ཅམ་ཡང་བྱེད་རྒྱ་མེད་པས་ད་ལྟ་  
 ནས་ཐོག་པ་མ་བྱས་པ་ཚོད་ཟེན་པ་ཞིག་དགོས། དེ་སྐབས་བགོ་བཤའ་བྱེད་རྒྱ་མེད་  
 པ་ཡང་། ལས་དེ་རང་གིས་བྱས། གཞན་གྱིས་མ་བྱས་པས། དེ་དག་གི་ལས་མ་  
 བྱས་པ་དང་མི་ཕྱད་པ་ཡིན་ཞིང་། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཀྱང་ལས་ནི་ས་ལ་མི་སྒྲིན།  
 རྒྱ་ལ་མི་སྒྲིན། རྩོ་ལ་མི་སྒྲིན། ཟེན་པའི་ཕྱང་པོ་འབའ་ཞིག་ལ་སྒྲིན་པར་འགྱུར་རོ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡང་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་ཕྱང་པོ་འདིས་ལས་བྱས་པ་ཡིན་བྱས་ཀྱང་  
 ཚོག་པས་འབྲས་བུ་ཡང་ཕྱང་པོ་འདི་ལ་སྒྲིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན། བཞི་པ་ལས་  
 བྱས་པ་རྒྱུད་མི་ཟ་བ་ནི། ཁྱད་པར་འཕགས་བསྟོད་ལས། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ནི་དག་  
 ཐོག་དག་བྱིན་པ་ལེན་བཞིན་འཕྲོ་བར་སྤྱ། ། ཁྱོད་ཀྱིས་བྱས་རྒྱུད་མི་ཟ་དང་། མ་  
 བྱས་པ་དང་ཕྱད་མེད་གསུངས། ། ཞེས་པ་ལྟར། བྲམ་ཟེ་རྣམས་ནི་དག་བ་དང་  
 ཐོག་པའི་ལས་དག་བྱིན་པ་དང་ལེན་པ་བཞིན་འཕྲོ་བར་སྤྱ་ན་ཡང་། ཁྱོད་ཀྱི་ལས་མ་  
 བྱས་པ་དང་མི་ཕྱད་པ་དང་། བྱས་པ་རྒྱུད་མི་ཟ་བར་གསུངས་འདུག་པ་དེ་བདེན་  
 ཞེས་སངས་རྒྱས་ལ་བདེན་ཁ་ཕུལ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་འདུལ་བ་ལྟང་ལས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ལས་རྣམས་ཞག་ལྷ་བ་ལོ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་བསྐལ་པའི་བར་དུ་བསྐྱེད་ན་  
 འབྲས་བུ་རྒྱུད་ཚོས་ནས་མེད་པར་འགྱུར་རོ་ཞེ་ན། བསྐལ་པ་བརྒྱ་སྤང་ཡང་གཉེན་  
 པོའི་གོགས་བྱེད་དང་མ་ཕྱད་ན་རྒྱུད་ཚོས་པར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྒྱ་རྒྱེན་ཚོགས་པ་དང་།  
 དུས་ལ་བབས་པ་ཞིག་བྱང་ན་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ལས་



ནི་ཤིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ལ་ཐོག་མར་སྤང་དོར་བྱ་དགོས་ཞེ་ན། དགེ་བ་ཆེ་  
ལོང་ངམ་རགས་པའི་གནད་བསྟུས་པ་བཅུ་ལ་སྤང་བྱ་དང་། མི་དགེ་བ་གོང་ལྟར་  
བཅུ་ལ་དོར་བྱར་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེས་དགག་པ་གཉིས་སོང་། དེ་ལྟར་ཚུལ་  
བྱིམས་སྣ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲོམ་སེམས་ཡང་ཡང་བསྟེན་ནས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སྤྱི་  
ཐེག་པ་ཆེ་རྒྱུད་གི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཚུལ་བྱིམས་ཀྱི་ཁོངས་སྤྱི་འདུས་པ་ལ། ཚུལ་  
བྱིམས་སྣ་དེ་ལ་སྒྲོམ་སེམས་བསྟེན་པ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་  
སྒྲོད་པར་མཛད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཕྱིར་བཅོས་གསུང་བའི་ཆེ་བདག་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོར་མོས་པ་ཞེས་གསུང་པའི་ཕྱག་སྒྲོལ་ཡང་སྤྲུམ་འགའ་ཞིག་གིས་མཛད།  
དེ་ཡང་སྒྲིམ་བུ་རྒྱུད་དུ་ཉམས་ལེན་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་མི་དགེ་བཅུ་སྒྲོད་གི་ཚུལ་བྱིམས་  
འདི་ཡིན། འབྲིང་གི་ནི་ཚུལ་བྱིམས་གཙོ་བོ་ཡིན། ཆེན་པོའི་སྐབས་སྤྱི་ཚུལ་བྱིམས་  
རྣམ་པ་གསུམ་དུ་སྟེ་ནས་རྒྱས་པར་ཉམས་སྤྱི་ལེན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་སྟེ་མ་སྟེ་མ་འབྱུང་  
བ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་ལ་རག་ལས་ཏེ། སའི་སྒྲིང་པོ་འཁོར་ལོ་བཅུ་བའི་མདོ་ལས། གང་ལ་  
མདོན་མཐོའི་ཐེག་པ་ཡོད་མིན། ། དེ་ལ་ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་ཡོད་མིན། ། གང་ལ་  
ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་ཡོད་མིན། ། དེ་ལ་རང་རྒྱལ་ཐེག་པ་ཡོད་མིན། ། གང་ལ་རང་  
རྒྱལ་ཐེག་པ་མེད་ན། དེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་མེད་དེ། ། མེད་ན་མི་འབྱུང་ངེས་པའི་  
ཕྱིར་རོ། ། ཞེས་སྤྲུམ་སྤྲུམ་མེད་ན་སྟེ་མ་སྟེ་མ་མི་འབྱུང་བའི་ངེས་པ་ཅན་དུ་གསུངས་  
སོ། དེའི་ཕྱིར་དོ་རྒྱབ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཆང་མས་མི་དགེ་བཅུར་ཤོར་དོགས་ནས་  
འབད་པར་མཛད་དགོས། འདི་ཡོད་ན་དགེ་ཚུལ་སྒྲོད་གི་བསྐྱབ་བྱིམས་རྣམས་རང་  
ཤུགས་ཀྱིས་བསྟུང་པ་འོང་། འདི་མེད་ན་ཇི་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་བཅས་པ་བསྟུང་པ་ཡིན་  
མིན་མི་ཤེས། འདིའི་སྒྲོག་གཙོད་བསྟུངས་པས་དགེ་སྒྲོད་ཡིན་ན་སྒྲོག་གཙོད་སྟེར་  
གཏོགས་དང་བཅས་པའི་རྒྱུད་བ་མང་པོ་ཞིག་སྤྲོ། དེ་བཞིན་དུ་ཉེས་བྱས་ལ་  
འཛོམ་དགོས་ཏེ། དེ་ནི་ཕམ་པ་སོགས་རྒྱུད་བ་ཆེ་བ་རྣམས་བསྟུང་བའི་རྩ་བ་ལྟ་བུ་



ཡིན་པས། རྒྱ་བ་ལ་སྒྲིན་མ་བྱུང་ན་སྒྲིན་ཆེན་པོ་མི་ཡོང་། བྱུང་ན་ཡང་ཤེས་སྒྲུ། རྒྱ་  
 བ་ལ་སྒྲིན་བྱུང་ན་ནང་གི་ནོར་ཐམས་ཅད་རྒྱན་མའི་ལག་ཤོར་འགྲོ་སྟེ། སྒྲིག་ཆལ་  
 གྲེག་པས་ཨ་མའི་ཆལ་ཉམས་བཞིན། ། ཞེས་སྒྲིག་སྒྲུངས་ཤིང་། པོ་ཏྲ་བའི་  
 དཔེ་ཆོས་ལས་འདི་ལྟར་འབྱུང་སྟེ། སྒྲིན་ཡུལ་པས་ཞེས་པར་དགོན་པ་ཞིག་གི་གྲུ་  
 པའི་ཞིང་གི་དཀྱིལ་དུ་ཤ་བ་ཞིག་འོང་ནས་ཞིང་ཚོས་པས་རྒྱགས་ཏེ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པར་  
 ལུས་པ་ན་གྲུ་པ་དེས་ཞིང་བསྐྱར་དུ་ཕྱིན་ནས་ཤ་བའི་མགོ་ལ་ཆོས་གོས་ཀྱི་བྱ་བས་རྒྱབ་  
 སྟེ། ཡུལ་པས་ཀྱི་ཤ་པོ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲིན་འདི་ག་རང་བྱས་ན་སྒྲི་ཆེ་རིང་པོ་མི་བྱེད་པ་  
 འདུག་གོ་ཟེར་བ་ལྟར། རང་རེ་ཡང་ཚུལ་ཁྲིམས་འདི་ལ་ནན་ཏན་མ་བྱས་ན་སྒྲི་ཆེ་  
 རིང་པོ་མི་བྱེད་པ་འདུག་གསུངས། ངག་བཀྱལ་པའི་གཞི་ནི་དོན་མེད་པ་དང་ལྡན་  
 པའི་དོན་ནོ་ཞེས་པ་ནི་སྒྲིང་པོ་མེད་པའི་དོན་ལ་བྱེད་གསུངས། ལྷག་ལྟའི་སྐབས་  
 སྒྲིར་སྒྲི་འདོགས་ཀྱི་ལྷག་ལྟ་ཡོད་ཀྱང་། འདིར་སྒྲིར་འདེབས་ཀྱི་ལྷག་ལྟ་ལ་བྱེད། དེ་  
 ཡང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཡོད་ངེས་ཀྱང་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ནས་ང་རང་མེད་པར་  
 འཛིན་སྟམ་ན་ལྷག་ལྟར་མི་འགྱུར་ཏེ། ལྷག་ལྟ་ནི་ཡོད་པའི་དོན་ལ་མེད་པར་འདུ་  
 ཤེས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་བྱེད། སྒྲིར་བ་ནི་བསམ་པ་དེ་ལ་སྒྲིར་བ་བཅམས་པ་ཞེས་པའི་  
 དོན་ལ་འདིའི་སྒྲིར་བ་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་མི་དགོས་པས་ལྷག་པར་ལྟ་བའི་བསམ་པ་དེ་  
 ལ་བསྐྱལ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་སྒྲིར་བ་ཡིན། ལྷགས་སྒྲིད་ཉེས་སྒྲིད་ཀྱི་དོན་ནི་  
 དགོ་སྒྲིག་གཉིས་ལ་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གསར་པ་ཚུན་ཆད་ཀྱིས་ཀྱང་  
 མི་དགོ་བཅུའི་གངས་འདྲིན་ལྷགས་ཚུན་ཆད་བསྐྱང་ནས་ཕྱག་ལེན་དུ་འདེབས་  
 དགོས་ལ། དེ་ཡང་གཞི་ལ་སྒྲིག་གཅོད་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན། གང་གི་སྒྲིག་བཅད་ན་  
 སྒྲིག་གཅོད་དུ་འགྱུར་ཞེས་གཏམ་འདྲི་བའི་གཞི་དང་། ལས་དངོས་གཞི་བྱེད་སྐབས་  
 སྒྲིག་གཅོད་པའི་གཞི་ཡིན་པས་སྒྲིག་གཅོད་ཀྱི་གཞི་ཞེས་དང་། ཀྱན་སྒྲིང་ནི་དུག་  
 གསུམ་ག་ཆང་བའམ་ཅི་རིགས་པ། སྒྲིར་བ་ལུས་ངག་ཏུ་ཐོན་མ་ཐོན་གང་རིགས་



མཐར་ཐུག་ལས་དེ་བྱས་ཟིན་པ་སྟེ། དེ་ལྟར་ཚང་བའི་ལས་དེ་དག་བྱེད་མི་རུང་ཞིང་།  
 ལོག་ལྟ་ཡང་ཕྱི་རོལ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལོག་ལྟ་འདྲ་བ་རང་རེ་ལ་མི་ཡོང་ཡང་། མི་དག་  
 བའི་ལས་གང་བྱེད་ཀྱང་དེའི་སྒྲིན་དུ་འཇིག་ཉེན་པའི་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བ་ལས་ཉམས་  
 པའི་ལོག་ལྟ་རེ་འབྱུང་བའི་དེ་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་ནས་ལྟ་བ་མ་ཉམས་པ་དང་། ལུས་  
 ངག་གི་ཀྱན་སྦྱོང་འདུལ་བ་དང་གང་མཐུན་གྱི་སྦྱོང་པ་མ་ཉམས་པ་དང་། ལོག་  
 འཆོས་མ་སྒྲགས་པའི་འཆོ་བ་ལ་དག་འདུན་དམངས་དང་ལྟན་ཅིག་དུ་ལོངས་སྤྱད་  
 བྱས་འཆོ་བ་མ་ཉམས་པར་མཛད་དགོས་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་ཉིན་གཉིས་པ།

བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱིས་མདོ་སྡེ་དྲན་པ་ཉིན་གཞག་དུ། མེ་ཅི་གང་མོར་  
འགྱུར་ཡང་སྲིད། ། རྒྱུ་ནི་ཞགས་པས་ཟིན་ཡང་སྲིད། ། ཉི་ཟླ་ས་ལ་རྒྱུང་སྲིད་  
ཀྱང་། ། ལས་དང་འབྲས་བུ་བསྐྱེ་མི་སྲིད། ། ཅེས་པའི་ལྷང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་  
སྡོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་ལྷག་པར་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱེ་བའི་ཚུལ་ཡང་རྣམ་  
འབྲེལ་ལས། ཚད་མ་བསྐྱེ་མེད་ཅན་ཤེས་པ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་གནད་གཅིག་  
པ་ཡིན། ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐབས་འདིར་བྱིམ་བདག་ཞིབ་མ་ཞིབ་མ་མོ་གཉིས་ཀྱི་ལོ་  
རྒྱུས་སོགས་དྲན་པ་གལ་ཆེ་བས་དེ་ཡང་བྱིམ་བདག་ཞིབ་མ་དང་ཞིབ་མ་མོ་གཉིས་  
སྟོན་བྱེད་པ་ལ་ཞིབ་མ་མོ་གྲོང་དུ་བབས་ཤོར། ཞིབ་མས་དག་བཅོམ་ཐོབ་ནས། དེ་  
ལ་མོས་བསོད་སྟོམས་དང་ན་བཟའི་རྒྱ། བཟོ་གི་ཁབ་སྦྱད་བཅས་ལུལ། གིས་  
གསུང་རབ་ཀྱི་ཆོག་དོན་འབྱེད་རུས་པར་སྟོན། ཁབ་ཀྱིས་གཏིང་ཕྱིན་པའམ་  
དཔོགས་རུས་པར་སྟོན་པས་དེ་བཞིན་དུ་གྱུར་བ་ཤུ་རེའི་བུ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས།  
ཡང་ན་གཤེད་ལས་འབྲས་རྒྱུང་དུ་ལ་ཁྱད་གསོད་མི་བྱེད་པར་ལས་རྒྱུང་རྒྱུང་གང་ཡིན་  
སྟོང་སྟེ་བ་ཡིན་པས་འདི་ནི་བདག་གི་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱན་ལོ་སྟམ་པ་བྱས་ནས་སྟོང་  
བ་ལ་འབད་དགོས། ལས་མ་བྱས་པ་དང་མི་སྤྲད་པའི་ཚུལ་ཡང་བཤེས་སྤྱིང་གི་ལྷང་  
ཁ་སང་ཞུས་པ་ལྟར་དང་། དེ་དང་མཐུན་པར་སྟོན་འཇུག་ལས་ཀྱང་། རྒྱག་བསྐྱེལ་  
སྐལ་གཞན་མི་ལེན་ན། ། གེགས་བྱེད་མཛའ་བས་ཅི་ཞིག་བྱ། ། ཞེས་གསུངས།  
བྱས་པ་རྒྱུད་མི་བཟུལ་ཐ་མལ་གྱི་དངོས་པོ་གཞན་རྒྱན་རིང་པོ་སོང་བའི་ཆོའགའ་  
ཞིག་རུལ་བ་དང་། འགའ་ཞིག་ལ་བསུར་ཞུགས་པ་སོགས་ཀྱི་རྒྱུད་བཟུང་སྤྲང་བས།  
ལས་ཀྱང་རྒྱན་རིང་སོང་ན་རྒྱུད་བཟུང་འགྱུར་རོ་སྟམ་ན། དེ་ལྟར་མི་འགྱུར་ཏེ།







བརྩུ་ལས་དང་པོ་སྲིག་གཙང་ནི་མཛོད་ལས། སྲིག་གཙང་པ་ནི་བསམ་བཞིན་  
 དུ། ། མ་ཞོར་བར་ནི་གཞན་བསད་པའོ། ། ཞེས་གསུངས་ཏེ། གཞི་སེམས་ཅན་  
 གཞན། བསམ་པ་ལ་གསུམ་གྱི་འདུ་ཤེས་ལ་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་གཉིས་ལས། དམག་  
 ལ་སྒྲགས་པར་འགྲོ་མཁན་གྱིས་སུ་དང་བྱག་ནའང་གསོད་སྒྲམ་པ་ལྟ་བུའི་ཀྱན་སྒྲོང་སྒྱི་  
 རྒྱགས་ཡོད་ན། བསད་པའི་ཆེ་འདུ་ཤེས་འབྲུལ་མ་འབྲུལ་འདྲ་བར་སྲིག་གཙང་གྱི་  
 རྟིག་པ་དངོས་གཞི་འབྱུང་ལ། དེ་ལས་གཞན་ལྟས་སྒྱིན་ལྟ་བུ་གསོད་སྒྲམ་ནས་ཞོར་  
 ཏེ་མཛོད་སྒྱིན་བསད་ན་འདུ་ཤེས་འབྲུལ་བའི་ཆ་ནས་དངོས་གཞིའི་རྟིག་པ་མེད།  
 སྒྱུར་བ་ལ་མཛོད་ལས། དམག་ལ་སྒྲགས་པར་དོན་གཅིག་ཕྱིར། ། ཐམས་ཅད་བྱེད་  
 པ་པོ་བཞིན་ལྟ་ན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གཞན་ཞིག་གིས་མི་གསོད་རྒྱུའི་གྲོས་ཐོག་  
 ཏུ་རང་ཡང་ཐེ་ཡོད་ན། ། གཞན་དེས་སྲིག་ནམ་བཅད་པའི་ཆེ་རང་གིས་དངོས་སུ་  
 མ་བྱས་ཀྱང་གཞན་བྱེད་ཏུ་བརྟུག་པར་སོང་བས་རང་ལ་ཡང་རྟིག་པ་དངོས་གཞི་  
 འབྱུང་། མཐར་ཐུག་ནི་མཛོད་ལས། སྤྲ་དང་མཉམ་དུ་ཤི་བ་ལ། དངོས་མེད་ཅེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་བསད་བྱ་དེ་རང་གི་སྤྲ་རྩོལ་ཏུ་ཤི་བ་དགོས་ཤིང་། དེ་ལས་གཞན་  
 དེའི་སྤྲ་རྩོལ་དང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་རང་ཤི་ན་རང་ལ་རྟིག་པ་དངོས་གཞི་མེད།  
 དེས་སྲིག་གཙང་གྱི་པམ་པ་ལ་ཡང་ཤེས་དགོས། མ་བྱིན་ལེན་ནི་མཛོད་ལས། མ་  
 བྱིན་ལེན་པ་གཞན་གྱི་འོར། ། མཐུ་དང་འཇབ་བུས་བདག་གིར་བྱེད། ། ཅེས་  
 གསུངས་ཏེ། གཞི་ནི་གཞན་གྱི་རྩལ། བསམ་པ་ལ་ཀྱན་སྒྲོང་ནི་པ་རྩོལ་པོས་རང་ལ་  
 མ་གནང་བཞིན་དུ་འབྲུལ་བ་སྟེ། ཡོ་བྱད་དེ་པ་རྩོལ་པོ་དང་བྲལ་ནས་རང་ལ་ཡོང་  
 པར་བྱེད་འདོད་པ་ཡིན། སྒྱུར་བ་ནི། རྒྱ་བ་དང་འཕྲོག་པ་དང་། གཞན་གྱིས་  
 རང་ལ་བཅོལ་པའི་རྩལ་ཡུན་རིང་པོའི་བར་མི་གཏོད་པར་གཞན་དེས་བཟེད་དུ་  
 བརྟུག་ནས་ཉར་བ་དང་། བྱེད་སྤྲུང་ལ་གཡོ་རྒྱུ་བྱས་ནས་རང་ལ་ལྟག་པོ་ཡོང་བར་  
 བྱེད་པ་ལ་སྒྲགས་པ་ཡིན། མཐར་ཐུག་ནི་ཐོབ་སྒྲོ་སྒྲེས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ཡང་རང་གིས་



མི་གཞན་ཞིག་མ་བྱིན་ལེན་བྱེད་དུ་མངགས་པ་ན། གཞན་དེའི་ལག་དུ་རྩལ་དེ་རྒྱུད་  
 པའི་ཚེ། ད་ཁོ་ལ་ཐོབ་ཅ་ན་ང་ལ་ཡང་ཐོབ་ཆར་བ་ཡིན་སྟེ་མ་ཁྱེས་ཀྱང་  
 མངགས་ཞུགས་ལ་ཐོབ་སྟེ་སྟེས་པ་ཡིན་པས་མཐར་ཐུག་གྲུབ་པ་ཡིན། ལོག་གཤམ་ནི་  
 མཛོད་ལས། བཤོད་མིན་འགྲོ་བར་འདོད་པ་ཡིས། ། ལོག་པར་གཤམ་པ་རྣམས་  
 བཞི། ཞེས་གསུངས་ཏེ། ལོག་གཤམ་གྱི་གཞི་ལ། བཤོད་བྱ་མིན་པ། ཡན་ལག་  
 མིན་པ། གནས་མིན་པ། དུས་མིན་པ་བཞི་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི་པ་མ་སོགས་དང་།  
 བདུན་རྒྱུད་ཚུན་ཆད་ཀྱི་ཉི་དུ་དང་། པ་མས་གཞན་ལ་མ་བྱིན་པ་ནི་པ་མས་བསྐྱུངས་  
 པ་ཡིན་པས་དེ་དག་དང་། རབ་བྱུང་མ་ལ་སོགས་པ་རྣམས་ཡིན། ཡན་ལག་མིན་པ་  
 ཁ་སོགས་དང་། གནས་མིན་པ་གཙུག་ལག་ཁང་དང་། ཉེན་གསུམ་སྒྲ་མ་སོགས་ཀྱི་  
 ཉི་འདབས། དུས་མིན་པ་སྐྱུ་མ་མ་དང་། བསྟེན་གནས་བསྐྱུངས་པའི་དུས་སོགས་  
 དང་། རྩོམ་ཉེན་དུས་ཀྱང་གསུངས་སོ། བསམ་པ་ལ་སྒྲར་ཉར་གསུམ། སྦྱར་བ་  
 ལོག་གཤམ་གྱི་དོན་དུ་རྩོམ་བར་བྱེད་པ། མཐར་ཐུག་གཉིས་ཀྱི་གཉིས་སྤྱད་པ་ཡིན།  
 རྩུན་ནི་མཛོད་ལས། རྩུན་ཆོག་འདུ་ཤེས་གཞན་བསྐྱུར་བའི། ། ཆོག་དོན་མཛོད་  
 པར་གོ་བའོ། ། མིག་རྒྱ་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དང་། ། གསུམ་གྱིས་ཉམས་སུ་སྦྱང་གང་  
 དེ། ། མཐོང་ཐོས་རྣམས་པར་ཤེས་པ་དང་། ། ཉོགས་པ་ཡིས་ནི་རིམ་བཞིན་  
 བཤད། ། ཅེས་གསུངས་ཏེ། མིག་གིས་མཐོང་མ་མཐོང་གཉིས། རྒྱ་བས་ཐོས་མ་  
 ཐོས་གཉིས། ཡིད་ཀྱིས་ཤེས་མ་ཤེས་གཉིས། ལྷས་ཀྱིས་སྦྱང་མ་སྦྱང་གཉིས་ཏེ་  
 བརྒྱད་ཀྱི་སྒོ་ནས་རྩུན་ཆོག་སྤྱོད་བཞི། དེ་ཡང་རང་གིས་མཐོང་བ་ལ་མ་མཐོང་སྟེ་དུ་  
 བསམ་ཞིང་དེ་ཉར་སྐྱུས་ན་འདུ་ཤེས་མ་བསྐྱུར་བས་རྩུན་དངོས་སུ་མི་འགྱུར་ལ། ད་  
 རེས་མཐོང་བྱུང་ཡང་མ་མཐོང་བེར་སྟེ་རྣམས་ནས་སྐྱུས་ན་འདུ་ཤེས་བསྐྱུར་བ་ཡིན་པས་  
 རྩུན་གྱི་དངོས་གཞིར་འགྱུར། རྩུན་དང་རྩུན་ཆོག་གི་ཁྱད་པར་ཡང་ཡོད་དེ། རྩུན་  
 ཆོག་ནི་ངག་དུ་སྐྱུས་པ་དགོས་ལ། རྩུན་ནི་གཞན་ཞིག་གིས་དགོ་ཆེན་མཐོང་ཨེ་བྱུང་



ཟེར་ན། རང་གིས་མ་མཐོང་བཞིན་དུ་འདུ་ཤེས་བསྐྱར་ནས་མགོ་ཚོག་ཚོག་བྱས་ན་  
 དེ་རྩུན་ཡིན་ཀྱང་རྩུན་ཚོག་མིན། མཐར་ཐུག་ལ་རང་གིས་གང་བསམ་པའི་དོན་  
 ལྟར་སྒྲུལ་པ་རོལ་པོས་གོ་ན་ངག་འབྱུང་ཅམ་དུ་འགྱུར་པས་དེ་ལྟར་གོ་དགོས། སྤ་  
 མ་ནི་མཛོད་ལས། སྤ་མ་པ་རོལ་དབྱེ་བའི་ཕྱིར། ། ཉོན་མོངས་ཅན་གྱི་སེམས་གྱི་  
 ཚོག་ ། ཅེས་གསུངས་ཏེ། མི་པ་རོལ་པོ་མཐུན་པ་ནམས་མ་མཐུན་པར་འདོད་པ་  
 དང་། སྤར་ནས་མི་མཐུན་པ་ནམས་སྤར་ཡང་འདུམ་པར་མི་འདོད་པའི་སེམས་  
 གྱིས་སྤན་མི་སྤན་དང་བདེན་མི་བདེན་སྤྲོ་ཚོགས་པར་ལབ་ཚུར་ལབ་བྱེད་པ་ཡིན་  
 ཞིང་། འདི་ལ་ཡང་སྤ་མ་ལྟར་དོན་གོ་བ་མཐར་ཐུག་དུ་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་སྒྲུས་པ་  
 ལ་བཏེན་ནས་པ་རོལ་པོ་གཉིས་རིང་དུ་སོང་བ་ནི་མི་དགོས། ཚོག་རྩུབ་ནི། ཀྱན་  
 བས་མནར་སེམས་སྤྱེ་བའི་གཞིར་གྱུར་པ་སྟེ། རང་གི་ཡིད་དུ་མི་འོང་བའི་གང་ཟག་  
 ལ་ལུས་དང་ཡན་ལག་དང་ཚུལ་བྱིམས་གྱི་སྒྲིན་བཛོད་པའི་སྒོ་ནས་གང་ཐོས་ན་པ་  
 རོལ་པོ་ཚོག་པ་བྱ་བར་འགྱུར་བའི་ཚོག་སྤྲོ་བ་ནམས་ཡིན། ངག་བཀྱལ་བ་ནི། དོན་  
 མེད་པ་དང་ལྟན་པའི་དོན་ཞེས་པ། ཁ་སང་ཆོས་དང་བསྐྱུན་ན་སྟོང་པོ་མེད་པའི་  
 དོན་ལ་བྱེད་ཞུས་པ་ཡིན་ཀྱང་། དེ་ཅམ་ལ་གོ་མི་ཉན་ཏེ། འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྙད་  
 དང་བསྐྱུན་ན་ཡང་། གཞན་ཞིག་གིས་རང་ལན་སྤྱེལ་བར་བཏང་ན་དེའི་ལན་  
 བསྐྱུལ་བ་ལ་དོན་ཡོད་པས་ངག་བཀྱལ་དུ་མི་འགྱུར། དེ་མིན་རྩུས་ཁག་མ་འབྲིས་  
 བཞིན་དུ་རྩུ་གར་རྩུ་ནག་ཁ་ཆེ་བལ་ཡུལ་ཚུན་ཆད་གྱི་ལབ་ལབ་མང་པོ་གཏོང་བ་དང་།  
 ངག་བཀྱལ་འདི་ལ་གཞན་ལ་ལབ་ཀྱང་མི་དགོས་པས་དོན་མེད་དུ་གཅིག་ལབ་རྩུག་པ་  
 དང་གཞན་ཡང་མཛོད་ལས། ཁ་གསལ་སྤྱད་དང་རྫོས་གར་བཞིན། ། བསྐྱུན་བཅོས་  
 ངན་བཞིན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལྷག་འཆོའི་སྐབས་ཞུས་པ་ལྟར་གྱིས་ཁ་གསལ་གི་  
 ཚོག་དང་། མཆོད་པའི་ཕྱིར་མིན་པར་དགོས་མེད་དུ་དབྱངས་འཐེན་པ་དང་། སྤ་  
 གཏོང་བ་དང་། བསྐྱུན་བཅོས་ངན་པ་ཕྱི་རོལ་བའི་བསྐྱུན་བཅོས་ལ་ཐོས་པ་སྤྲོ་



བཅས་སྤྱེད་པ་སོགས་ཏེ། དེ་ལ་ཡང་རང་གིས་གང་སྤྲོ་རྒྱ་དེ་ལ་དེར་འདུ་ཤེས་མ་  
 འབྱུལ་བ་དགོས་ཤིང་། མདོར་ན་ཁ་ནས་གང་ཐོན་སྤྲོ་བ་ཡིན། ལྷན་དག་གི་བདུན་  
 བོ་འདི་ལ་བསྐྱུལ་བར་བྱེད་པའི་སེམས་ཤིག་ཡོད་པས་དེ་ལ་བསམ་པར་བྱས་ནས་  
 བསམ་པ་དེ་ལ་ནང་གསེས་གྱི་གསུམ་དུ་བྱེ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་སྐྱུལ་ནས་སྤྲོ་འདོད་ལྟ་  
 བྱས་མགོ་འདེགས་ཅམ་བྱས་པ་ནས་སྦྱོར་བ་ལྷན་དག་དུ་ཐོན་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན།  
 དེ་ལྟར་གཞི་བསམ་པ་སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་སྟེ་བཞི་བོ་འདི་ངེས་ངེས་བྱེད་དགོས།  
 དེས་མང་པོའི་སྤྱོད་དུ་ལྷན་དག་ལ་བརྟག་ཚུལ་སོང་ནས། གཅིག་པོར་སྤྱོད་དུས་  
 སེམས་ལ་བརྟག་ཚུལ་ནི། བརྒྱབ་སེམས་ནི་གཞན་གྱི་ཡོ་བྱད་ལ་ཆགས་པ་ཡིན་ལ།  
 འདིའི་བསམ་པའི་ཉན་མོངས་ལ་བྱད་ཆོས་ལྟ་ལྟར་དགོས་ཏེ། རང་གི་ཁོར་ལ་  
 ཆགས་སེམས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁོར་གསོག་པར་འདོད་པའི་གསོག་སེམས།  
 གཞན་གྱི་ཁོར་ལ་དཔེར་ན་ཟས་ལྟ་བུ་ལ་མཚོན་ན། འདི་ངས་ཟ་རྒྱ་བྱང་ན་ཞིམ་  
 མངར་ག་འདྲ་ཡོད་སྟམ་པ་དང་། གོས་འདི་ངས་གོན་ན་དྲོ་བོ་ག་འདྲ་ཡོད་སྟམ་པ་ལྟ་  
 བྱོར་བྱང་སེམས་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་ལ་གཞོད་པ་སྦྱེལ་བར་འདོད་པའི་  
 འབྲུ་བའི་སེམས། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་གཞན་གྱིས་ངེ་ལྟར་ཟེར་ཡང་ང་ལ་འདི་ཡོང་བ་  
 ལ་བྱེད་དགོས་སྟམ་པ་དང་། གཞན་གྱིས་དགེ་བཤད་སྤྲིག་བཀྲོལ་བ་སོགས་བྱས་  
 ཀྱང་སྤྲིག་པ་ཡོད་ཀྱང་ཡོད་སྟམ་པ་རྩ་ཆ་དང་ཉེས་དམིགས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པའི་  
 སེམས་ཏེ་ལྟ་ཆང་དགོས། ཀྱན་སྦྱོང་ནི་རྩམ་སེམས་ཏེ་གཞན་གྱི་ཁོར་ལ་རྩམས་ནས།  
 དེ་རང་ལ་ཡོང་བའི་བྱིར་གཞན་གྱི་འགྲམ་པ་ལ་གཏོང་བ་ཚུན་ཆད་བྱེད་པའོ། ཀྱན་  
 སྦྱོང་དེ་ཡང་བརྒྱབ་སེམས་དེ་ལ་བསྐྱུལ་བའི་སེམས་ཡིན། མཐར་ཐུག་ནི་གཞན་གྱི་  
 ཁོར་དེ་རང་གི་བདག་གིར་གྱུར་ཅིག་སྟམ་དུ་སྦྱོན་པའི་སེམས་དང་དེ་ཡོང་བ་ངེས་  
 པར་བྱེད་སྟམ་དུ་ཐག་གཅོད་པའི་སེམས་ཡིན། གཞོད་སེམས་ནི་མཛོད་ལས།  
 གཞོད་སེམས་སེམས་ཅན་ལ་སྤང་བ་ཞེས་གསུངས་ཏེ། གཞི་དང་འདུ་ཤེས་ཆོག་རྒྱུ་



ལྟར་ཡིན། ཉེན་མངས་བྱང་ཚུལ་ལྟར་ཏེ། དེ་དག་ལ་སྤང་སེམས་དང་། གཞན་  
 གྱིས་གནོད་པ་བྱས་པ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སེམས་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་དུ་  
 འཛིན་པའི་སེམས་དང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕར་གནོད་པ་སྐྱེལ་འདོད་ཀྱི་འབྲུ་བའི་  
 སེམས་དང་། སྤར་ལྟར་ངོ་ཚ་དང་ཉེས་དམིགས་ཟིལ་གྱིས་གནོད་པའི་སེམས་སོ།  
 མཐར་ཐུག་ཐག་གཅོད་ཀྱི་སེམས་སྤར་ལྟར་དང་། འོག་ལྟའི་སྒྲོར་མདངས་དགོང་  
 རྒྱས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་ཉེན་མངས་ལ་བྱང་ཚུལ་ལྟེ། ཤེན་དུ་སྤངས་པའི་སེམས།  
 དྲག་ཤུལ་ཅན་གྱི་སེམས། འོག་པར་རྒྱགས་པའི་སེམས། རབ་དུ་ཉམས་པའི་  
 སེམས། ངོ་ཚ་དང་ཉེས་དམིགས་ཟིལ་གྱིས་གནོད་པའི་སེམས་ཏེ་ལྟ། དང་པོ་ནི་  
 སྤྲིག་པའི་ཞེན་བྱེད་པ་སྟེ་སྤྲིག་པ་ལ་དགའ་བ། དེ་ཡང་གྲོགས་ངན་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 བསྐྱེད་པ་དང་། བྱི་དྲིའི་ཁ་ཟས་ལྟ་བུལ་མཆོན་ན་ཉེས་དམིགས་ལ་མི་འཛེམས་པ་ནི་  
 དང་པོ་དང་། དེར་མ་ཟད་དགའ་བཞིན་དུ་ལྷངས་སྐྱོད་པའི་སེམས་དེ་གཉིས་པ་  
 དང་། རྒྱ་མཚན་འོག་པ་ཡིད་ལ་བྱས་ནས་ལྷངས་སྐྱོད་པའི་སེམས་ཏེ་གསུམ་པ་དང་།  
 དེ་ལྟར་བྱས་པ་ལ་ཉེས་པ་ཡོད་དོགས་མེད་སྟམ་དུ་ཐག་གཅོད་པའི་སེམས་དེ་བཞི་པ་  
 དང་། ལྟ་པ་ནི་སྤར་བཞིན་ཏེ། ད་ཉེས་པ་མི་དགོས་གང་ཡོད་སྟམ་དུ་ཐག་གཅོད་  
 པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུར་ཚུལ་དེ་ལྟར་བ་ཐམས་ཅད་རིགས་འགྲེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་བསམ་  
 སྐྱོག་ཏོང་མཁན་ཡོད་ཆེ་དེ་ལྟ་ཆང་པའི་ལས་ང་རང་ཆོ་ལ་ཆར་བཞིན་བབས་ནས་  
 ཡོད། དེ་ཆོ་ཐམས་ཅད་འོག་ལྟ་ཡིན། མཐར་ཐུག་ཐག་གཅོད་པའི་སེམས་ཡིན་  
 ཚུལ་སྤར་ལྟར་ཡིན། བརྒྱ་པོ་དེ་དག་ལ་བསྐྱེལ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་བྱང་སེམས་པ་དེ་ལས་  
 ཡིན། རང་ལ་ཚུར་བསྐྱེལ་བྱེད་མེད་པས་ལས་ལམ་མིན། ལྷས་ངག་གི་བདུན་ནི་  
 ཕར་བསྐྱེལ་བ་དང་ཚུར་བསྐྱེལ་བྱེད་ཀྱང་ཡོད་པས་ལས་དང་ལས་ལམ་གཉིས་ཀ་ཡིན།  
 ཡོད་ཀྱི་གསུམ་ནི་ལས་ལམ་ཡིན་ཡང་ལས་མིན་ཏེ། ཉེན་མངས་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 འོན་ཀྱང་ལས་ཉེན་གཉིས་འགལ་བའི་རྒྱ་མཚན་ཤེས་དགོས་པ་ཡོད། དེ་ལྟར་མི་



དགེ་བཅུ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་བྱིམས་འདི་སེམས་བསྐྱེམས་ནས་བསྐྱུང་ན། དགེ་བཤེས་  
 ཁམས་ལྷུང་པ་ཆེན་པོས། རང་དགེ་བ་བཅུ་ལ་གནས། གཞན་དགེ་བ་བཅུ་ལ་  
 འགོད་པ་དེ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་པས་ཆ་ལྷགས་ཇི་ལྟར་འདུག་ཀྱང་དེ་ལ་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་མཚན་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་དམ་པའི་ལས་ལ་སྦྱོད་པས་སྦྱིས་བྱ་  
 དམ་པ་ཡང་ཡིན། དགེ་བ་རྣལ་མ་ལ་འབྱོར་པས་རྣལ་འབྱོར་པ་ཡང་ཡིན། དཀའ་  
 བའི་ལས་བྱེད་པས་ན་དཀའ་ཐུབ་པ་ཡང་ཡིན་གསུངས། དེར་ནི་ངེས་པར་གཟབ་  
 དགོས་ཏེ། ཇོ་བོའི་སྤྲུལ་མ་ཨ་མ་རྒྱ་ཏི་པས། ཇི་སྤྱོད་བདག་ཏུ་འཛིན་པ་མ་སྤངས་གྱི་  
 བར་དུ་ལས་འབྲས་སྤྲིང་སྤྲིང་པ་ལ་འཛེམ་པར་བགྱིས་ཤིག། པརྟེན་འདི་དང་འདི་  
 ཞེས་བྱ་བ་ཡང་ལས་འབྲས་སྤྲིང་པ་ལ་འཛེམ་པས་ངན་སྤང་འདི་དང་འདིར་སྦྱིས་  
 འདུག་གོ་གསུངས་པ་ཡིན། དེའི་ཚུལ་ཡང་པརྟེན་དག་དབང་གྲགས་པ་ལ་ཚ་རྒྱུང་  
 བྱང་བས་དེ་སྤྲོས་པའི་བྱིར་ཆོས་ལོག་བཅུམས་པས་ཆེ་དེ་ཉིད་ལ་སྒྲེའི་ནང་དུ་མ་བྱུང་  
 བས་གསོལ་ཆས་འབྲས་འབྲུ་རེ་ལས་མི་རྒྱུད་པ་བྱུང་། དེ་ནས་ཇོ་བོ་ཁ་སར་པ་ཁྱིལ་  
 གསོལ་བ་བཏབ་པས་ཞལ་གཟིགས་ཏེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་ལོག་བཅུམས་པས་ནད་དེ་ཡང་  
 མི་གསོས། བྱི་མ་ཡང་ངན་སྤང་དུ་འགོ་གསུངས་པ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་ཕོད་མདོའི་  
 གནས་བཏྲན་གཤེན་ཇིའི་གཤེད་ཞལ་གཟིགས་པ་ཞིག་གིས་དགེ་འདུན་གྱི་རྩས་ཕུབ་  
 མ་ཞིབ་མ་གང་ལ་ལོངས་སྤྱད་པས་ཤི་ནས་ཡི་དྲགས་གཤེན་ཇིའི་གཤེད་ཀྱི་གཟུགས་  
 འདྲ་བ་ཞིག་དུ་སྦྱིས། རྒྱན་དུ་དགེ་བསྟེན་བཟང་བ་ཞིག་གི་གཏོར་མ་སྟེར་བ་ལེན་པ་  
 ལ། རུབ་ཅིག་དགེ་བསྟེན་དེས་གཏོར་མ་ཆག་པས་ཁོ་དངོས་སུ་བྱང་བར་དགེ་  
 བསྟེན་འཛིགས་ནས་སུ་ཡིན་བྱས་པས་ཁོས་སྤར་གྱི་ལོ་རྒྱས་བཤད་ནས། ཁྱོད་ཀྱི་  
 གཏོར་མ་དེ་ང་ལ་ཕན་ཆེ་བ་ལས་དོ་རུབ་མེད་ནས་ཡོངས་པ་ཡིན་ཟེར་བ་བྱུང་། ཇིག་  
 རྒྱུད་སྟོབས་ཆེ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ། བསམ་པ་ཤུགས་དྲག་པོའི་སྒྲོ་ནས་བྱས་ན་སྟོབས་  
 ཆེ་བས་བསམ་པའི་ཤུགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། སྦྱོར་བ་ཤུགས་ཆེ་བས་སྟོབས་ཆེ་



བ་ནི་སྒྲིག་གཅོད་ལྟ་བུ་ལ་མཆོན་ན་གསོད་ལྷགས་ཚུན་ཆད་ངན་པ་བྱེད་པ་སྟེ་དེའི་སྒྲིག་  
 རྒྱུ་སྟོབས་ཆེ་བ། གཉིན་པོ་མེད་པས་སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། མི་དགེ་བ་ལ་འགྱུར་པ་  
 སྒྲིགས་ཀྱི་གཉིན་པོ་མེད་པས་རྒྱན་དུ་བྱེད་པ་དང་། འོག་པར་མངོན་པར་ཞེན་པས་  
 སྟོབས་ཆེ་བ་ནི། ངའི་གྲི་འདི་ལ་སྒྲགས་རྒྱབ་པ་ཡིན་པས་འདིས་བསད་ན་ཉེས་པ་  
 མེད་ཅེས་ཟེར་བ་སྒྲགས་དང་། ལྷག་ལ་སྒྲགས་པ་སྟེ་དགྲའི་བདག་པོས་རང་གི་བྱ་  
 རྒྱུ་གནང་བ་ཡིན་པས་འདི་བསད་ན་ཉེས་པ་མེད་ཟེར་བ་སྒྲགས་དང་། བྱམ་བློ་  
 རྒྱུ་ཆེ་འཆོ་བ་ཆོས་སུ་སྟོ། ། ཞེས་པ་ལྟར་བྱམ་བློ་རྒྱུ་པའི་ཆེ་གཞན་གྱི་ཚོར་བ་རྒྱས་  
 ཀྱང་ཉེས་པ་མེད་ཟེར་བ་སྒྲགས་ཡིན། གཞིའི་སྒྲིག་སྟེ་བ་ནི། སྤྲུལ་དང་པ་མ་  
 སྒྲིགས་ཞིང་བྱེད་པར་ཅན་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་གནད་  
 དང་མཐུན་པར་བཤེས་སྤངས་ལས། ཉག་པར་བྱེད་པ། མངོན་པར་ཞེན་པ།  
 གཉིན་པོ་མེད་པ། ཡོན་ཏན་གྱི་ཞིང་དང་། གཙོ་བོའི་ཞིང་སྟེ་ལྷ་ལྷ་ལ་བརྟེན་པའི་  
 དགེ་མི་དགེ་གཉིས་ཆར་ལྷ་ལྷ་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་ནས་མི་དགེ་བ་སྤྱང་ཞིང་། དགེ་བ་དེ་  
 དག་སྤྱོད་ཅིག་ཅེས་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་པ་ལྟར་དེད་ཅག་གིས་ཀྱང་བྱ་དགོས་གསུང་།  
 ཡང་ཞིང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ནང་ནས་དཀོན་མཆོག་སྟོབས་ཆེ། དེའི་ནང་ནས་དགེ་  
 འདུན་སྟོབས་ཆེ། དེའི་ནང་ནས་སྒྲིའི་དགེ་འདུན་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་ཡུལ་གཉན།  
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའ་ཡུལ་གཉན་པ་ཡིན་ཏེ། སངས་རྒྱས་དང་  
 ཆོས་ལ་ཡུལ་བའི་རྣམས་རང་གིས་འོངས་སྤྱད་པ་སྤྲུལ་ཡུལ་ན་སྤྱིག་པ་འདག་ཅིང་།  
 དགེ་འདུན་ལ་ནི་རྣམས་སྤྱིན་སྤྱིན་བྱ་མ་སྤྱང་བར་དག་པ་མེད། དེ་ཡང་གང་གི་དགེ་  
 འདུན་ལས་བྱང་བའི་རྣམས་དེ་དགེ་འདུན་དེ་དག་ལ་འབྲལ་བ་མ་གཏོགས། དགེ་  
 འདུན་གཞན་ལ་ཡང་འབྲལ་མི་རུང་སྟེ། དགེ་བཤེས་བྱ་ཡུལ་བས་བྱ་ཡུལ་གྱི་གཉིན་  
 པར་གདམས་པ་ལས། བྱོད་ཀྱིས་བྱ་ཡུལ་བའི་རྣམས་ནས་སྤངས་པ་ཡོད་ན་རིན་ཆེན་  
 པའི་སྟེ་ལ་མ་འབྲལ་ཞིག་ རིན་ཆེན་པའི་རྣམས་སྤངས་པ་ཡིན་ན་བྱ་ཡུལ་པའི་སྟེ་ལ་མ་



འབྲུལ་ཞིག་ ཅེས་གསུངས་ཤིང་། ཁིང་གི་སྒྲོ་ནས་སྒྲོ་བས་ཆེ་བ་ནི་སྒྲུ་མ་དང་། སྒྲུ་  
མ་དང་འདྲ་བ་ཞེས་པར་རང་གི་སྒྲུ་མར་མ་བསྟན་ཀྱང་བསྟན་རུང་གི་ཡོན་ཏན་དང་  
ལྡན་པ་དང་། ས་མ་སོགས་དང་བྱད་པར་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ལ་ཕན་གནོད་  
བྱེད་པ་སྒྲོ་བས་ཆེ་སྟེ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བཅོན་ར་ལུན་ནག་ཏུ་བཅུག་པ་ལས།  
བྱང་སེམས་ལ་ཁོང་ཁྱོད་སྒྲིབ་ཆུབ་བསྟན་ནས་སྒྲོ་བ་ཞེས་པ་ཆེ་བ་སོགས་མདོ་སྡེའི་རྗེས་  
སྟུ་འབྲངས་ནས་མང་དུ་གསུངས་ཤིང་། དེ་བས་ན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ནི་མེ་  
དོང་ཐལ་བས་གཡོགས་པ་ལྟར་གང་དུ་ཡོད་མི་ཤེས་པས་སྟུ་ལ་ཡང་ཁོང་ཁྱོད་མ་ཤོར་བ་  
བྱེད་དགོས་ཤིང་། ཁོང་ཁྱོད་ནི་ཉེས་དམིགས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་སྟེ་འཇུག་པ་ལས། མི་བཟོད་  
ལས་གཞན་ཕྱི་གཞི་པ་ཡོད་མ་ཡིན། ། ཞེས་དང་། སྒྲོ་བ་ཞེས་པ་ལས། ཞེ་སྤང་ལྟ་བུའི་  
ཕྱི་གཞི་པ་མེད། ། ཅེས་གསུངས་ཤིང་། འདི་ནི་ཆེ་ལ་ཡང་ཤིན་ཏུ་གཟན་པ་ཡིན་  
གསུང་ངོ་། ། །



## ཉིན་ཉིན་གསུམ་པ།

སྒྲོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཤེན་ཏེ་མཁས། མི་དགེ་བ་ལས་སྤྱག་བསྐྱེལ་འབྱུང་། ། དེ་  
 ལས་རི་ལྟར་ངས་ཐར་ཞེས། ། ཉིན་མཚན་རྟག་ཏུ་བདག་གི་ནི། ། འདི་ཉིད་འབའ་  
 ཞིག་བསམ་པའི་རིགས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ལུང་འདྲེན་གནང་ནས། མི་དགེ་བ་  
 མ་སྤངས་པར་སྤྱག་བསྐྱེལ་ཟད་པ་མེད་དེ། མཛོད་ལས། ལྷ་བཞིན་རྩ་བཞིན་སྒྲོན་  
 ཤིང་བཞིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཚོ་སྐམ་ན་ལྷ་སྒྲོན་གནས་མེད། རྩ་བ་མེད་  
 ར་ཡལ་ག་ལོ་འབྲས་ཀྱང་མེད་པར་འབྱུར་བ་ལྟར། རྩ་མི་དགེ་བ་སྤངས་ན་འབྲས་བུ་  
 སྤྱག་བསྐྱེལ་མི་འབྱུང་གསུངས། ཡང་བཀའ་གདམས་ཀྱི་ཆོག་དོན། རྩེ་རིན་པོ་  
 ཆེས་སྤྱན་སྒྲུ་རིན་ཆེན་འཕེལ་ལ་བཀའ་འདྲི་གནང་བས། སྤྱན་སྒྲུ་རིན་ཆེན་འཕེལ་  
 གྱིས། རྩེ་བའི་བཀའ་ལས་ཡི་གེ་ན་གཅིག་ཀྱང་འདོར་དུ་མེད་པར་གདམས་དག་  
 ཏུ་གོ་བ་ལ་བཀའ་གདམས་ཟེར་བྱས་པ་ན། རྩེ་རིན་པོ་ཆེས་བཀའ་ཆོས་གནང་དུས།  
 སྤྱན་སྒྲུ་རིན་ཆེན་འཕེལ་གྱིས་ང་ལ་སྒོ་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་བྱིན་བྱུང་གསུངས་ནས་སྤར་བྱས་  
 པ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་པས་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་རྩེ་བའི་བཀའ་ལ་མན་ངག་གི་  
 གནད་ཐམས་ཅད་ཡོད་པར་གོ་ནས་ལྷ་རྟོག་བྱེད་དགོས། ལྷ་རྟོགས་བྱས་ནས་ལག་  
 ཏུ་ལེན་སྐབས་འདུལ་བ་རང་གི་ཐོག་ཏུ་འབབ་པ་ཞིག་མཛད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་  
 མཛད་ན་པོ་རྟོ་བ་ཆེན་པོས། རབ་བྱུང་འདུལ་བ་ལ་མི་ཙི་བར་སྤགས་ལ་དགའ་བ་  
 བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྟགས་ཡིན། གདམས་ངག་ཤོག་བྱུལ་འབྱུར་ནས་གང་ཟག་གི་  
 བེའུ་བུམ་བྱེད་པ་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྟགས་ཡིན་གསུངས་འདུག་པས་སྔོན་པ་  
 བསྟུང་བའི་འདུལ་བྱིམས་ལ་བསྐྱིམས་ནས་ཏུར་སྐྱེད་མཛད་དགོས། དེ་ཡང་མི་དགེ་  
 བཅུ་སྒྲོང་གི་རྩེ་བའི་མཛོད་འདི་ལ་རང་ནན་ཏན་མཛད་དགོས། མི་དགེ་བ་ཕལ་ཆེར་



འགགས་པ་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པ་ཐོབ་ནས་ཡོང་ཞིང་། མཐོང་ལམ་ཐོབ་ནས་ནི་མི་  
 དག་གི་གཉེན་པོ་རྒྱུད་ལ་སྒྲིམ་པ་ཡིན། དག་གིས་གི་སྤང་དོར་བྱེད་ཚུལ་ནི་དག་  
 བཤེས་པོ་ཏོ་བས། བྲམ་ཟེའི་བྱ་སྒྲུ་མཁན་བཞིན་དུ་བསྐྱབ་ཕྱག་ཕྱག་བཞིན་དུ་མི་བྱ།  
 ཞེས་གསུངས་ཏེ་བྲམ་ཟེའི་བྱ་སྒྲུ་མཁན་གྱིས་དག་གི་རྟོག་པ་རེ་སྒྲིམ་ན་རྟེན་དཀར་  
 པོ་རེ་གཏོང་། མི་དག་གི་རྟོག་པ་རེ་སྒྲིམ་ན་རྟེན་ནག་པོ་རེ་བཏང་ནས་ཕྱིས་བཞག་  
 བྱེད། དག་གིས་སྒྱུར་སྒྲུ་བ་ཡང་ཁྱུང་ཤོད་རུག་པ་ན་བཞོགས་པའི་དུས་ཐུགས་ལ་  
 དག་གི་རྟོག་པར་འབྲུངས་དུས་ས་དཀར་གྱི་རི་མོར་བྱིས། མི་དག་གི་རྟོག་པ་རེ་  
 འབྲུངས་དུས་སོལ་བའི་རི་མོ་རེ་བྱིས་པས་ཉེན་གཅིག་དག་གིས་པོ་ཏོ་བས་གཟིགས་  
 པ་ན་ཁོང་གི་ཞལ་ནས། ལེ་མོའི་བྱ་འདི་མཚམས་བཅད་ནས་སྒྲོམ་པ་ཡིན་སེམས་ཅེ་  
 བྱུང་འོགས་ཐམས་ཅད་སོལ་བ་དང་ས་དཀར་གྱི་རི་མོས་བཀང་ནས་འདུག་  
 གསུངས་པ་ལ། སྒྱུར་སྒྲུས། ཁོ་བོས་དག་མི་དགའི་ཕྱིས་གཅིག་བཏང་བ་ལགས་  
 གསུངས་པས། པོ་ཏོ་བས་དེ་རིང་ནི་དག་གི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་པོ་གཅིག་དང་  
 མཇལ་ལོ་གསུངས་ནས་ཕྱིར་ཕེབས་པ་ཡིན་འདུག དེ་ལྟར་ལས་འབྲས་འདི་ལ་  
 གཟབ་དགོས་ཏེ། སངས་རྒྱུས་གྱིས་རང་ཅག་ལ་ཡིད་ཆེས་སྒྱེད་པའི་ཕྱིར་མཛད་པ་  
 ཡིན་རུང་། གང་ལྟར་ཁྱུང་གསང་ཆེན་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་མདོར་གསུངས་པ་ལྟར།  
 དེད་དཔོན་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོར་འབྲུངས་པའི་དུས་མི་ནག་མདུང་བྱང་ཅན་གྱི་མགོ་ལ་  
 རལ་གྱི་རྒྱབ་ནས་བསང་པའི་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་ཡོད་པའི་ཚུལ་བསྟན་ཏེ་ཞབས་ལ་སང་  
 རྒྱུང་གི་ཆལ་པ་བྱུག་པའི་ཚུལ་བསྟན་པར་མཛད་པ་དང་། མགོན་པོ་ལྷ་སྒྱུབ་ཅེས་  
 སངས་རྒྱུས་གཉིས་པར་གྲགས་པ་དེས་ཁྱུང་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་རུང་བྱང་ལུས་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས། རྒྱལ་པོ་བདེ་སྦྱོང་གྱི་བྱས་རང་གི་མའི་ངག་ལ་ཉན་ནས་དབུ་སྤངས་པ་ན། སྒྱ་  
 གི་རྗེན་པོས་དབུ་བཅད་ཁྱུང་མ་ཆོད་པར། སྒྲོབ་དཔོན་གྱིས་སྤར་ངས་རྩ་ཞིག་  
 བཅད་པའི་ཞར་ལ་སྒྲོག་ཆགས་ཤི་བའི་ལས་ཀྱི་ལྷག་མ་ཞིག་ཡོད་པ་དྲན་པས་འཇག་



མས་ཆོད་ཅིག་གསུངས་པ་ལྟར་བྱས་པས་མགུལ་ཆོད་པ་རེད། ཡང་མཐོང་ཆོས་ལ་  
 མྱོང་འགྱུར་གྱི་སྐབས་མཛོད་ལས། མཐོང་ཆོས་འབྲས་བྱ་ཅན་གྱི་ལས། ། ཞིང་དང་  
 བསམ་པའི་བྱད་པར་ལས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཞིང་གི་སྒོ་སྟོབས་ཆེ་བ། ཉེན་  
 གྱི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། དངོས་པོའི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བ། བསམ་པའི་སྒོ་ནས་  
 སྟོབས་ཆེ་བ་སོགས་ཡོད་ཅིང་། ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་སྟོབས་ཆེ་བའི་སྐབས། མགར་བ་  
 མཁས་པས་ལྷགས་གྱི་གོང་བྱ་ལེབ་མོ་བཙོས་ནས་ཆུའི་ནང་དུ་འཕངས་ན་ཡང་ཡང་  
 ཞིག་ལས་གཏིང་དུ་མི་འབྱེན། དེ་ཉིད་སྤྱི་ལྟར་བཙོས་ནས་འཕངས་ན་ཆུའི་གཏིང་  
 དུ་བྱིང་འགོ། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཅན་སྤྱི་ལྟར་པ་ལ་འགྱུར་པ་དང་བཅས་པའི་  
 མཁས་པས་སྤྱི་ལྟར་བྱས་པ་དང་། དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པའི་སྤྱན་པོས་སྤྱི་ལྟར་བྱས་པ་  
 གཉིས་ལ་བསམ་པ་དང་སྦྱར་བ་སོགས་ཐམས་ཅད་མཉམ་ན་ཡང་ཉེན་གྱི་སྒོ་ནས་དེ་  
 གཉིས་བྱད་པར་ཆེན་པོ་ཡོད་དེ་དང་པོ་ཡང་ཞིང་བྱི་མ་ཁྱེ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དགེ་  
 བལ་སྦྱར་ན་ཡང་། སྤྱི་ལྟར་ཞིག་གིས་རྒྱ་མཚོ་ལ་སྤོང་བྱས། རི་རྒྱལ་ལ་སྤོང་བྱ་  
 བྱས་ནས་མར་མེ་ཕུལ་བ་ལས། སྤྱི་ལྟར་ཞིག་གིས་རས་ཞིག་མར་ཁྲའི་ནང་དུ་  
 བཅུག་ནས་མེ་དམར་ལྷག་ཅམ་བྱས་ཏེ་ཕུལ་བ་བསོད་ནམས་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 དུ་རབ་དུ་མ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་མི་བསད་པ་ལས། རབ་དུ་བྱུང་བ་ཞིག་གིས་ཤིག་  
 བསད་པ་ཉེས་དམིགས་ཆེ་བ་ཡིན། དོན་དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་བདག་གི་སྒྲ་མ་ཁྱི་  
 ཆེན་ཆེན་པོས་ཀྱང་སྦྱོན་ལམ་ལ་འགྱུར་གཏོང་མཁན་ཆོ་ལ་ཡང་དེའི་ཉེན་བསྟེན་  
 གནས་ཡན་ལག་བརྒྱད་པའི་སྤྱི་ལྟར་པ་རེ་ངེས་པར་ལེན་དུ་འཇུག་པར་མཛོད་པ་ཡིན་  
 གསུངས། ཡང་འབྲོམ་སྟོན་པས་ཆོས་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱི་ལྟར་པ་མི་དགེ་བ་  
 བཅུ་སྤྱི་ལྟར་བྱད་བྱད་ཡིན་གསུངས་ཏེ། དེ་ནི་བཤེས་སྤྱིངས་ལས། འདི་ན་ཉེན་  
 གཅིག་མཐུང་ཐུང་སུམ་བརྒྱ་ཡིས། ། རབ་དུ་བྱུག་བཏབ་སྤྱག་བསྐལ་གང་ལགས་  
 པ། ། དེས་ནི་དམུལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ཆུང་དུ་ལའང་། ། འོ་ལ་ཡང་མི་དབྱི་ཆར་



ཡང་མི་ཤོད་དོ། ། ཞེས་པའི་དོན་དཔུལ་བའི་སྤྱག་བསྐྱེལ་གྱི་ཆོད་ཅིས་ན་སྤྲུལ་དེ་  
 མཆོད་པའི་སྤྱད་སྤྱད་བྱས་པའི་ཆོད་ཅམ་ཡིན་པར་གསུངས་པ་དང་དོན་གཅིག་པ་  
 ཡིན། དངོས་པོའི་སྒྲིག་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཆེ་བ་ནི། ཟང་ཟིང་གི་སྤྱོད་པ་ལས་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་  
 ཡན་ཡོན་ཆེ་བ་དང་། ཟང་ཟིང་གི་མཆོད་པ་ལས་སྤྱོད་པའི་མཆོད་པ་ཡན་ཡོན་ཆེ།  
 སྤྱོད་པའི་མཆོད་པ་ནི་དཔེ་ཆ་འཛིན་སྤྱོད་དང་། ཆོད་པ་བྱེད་པ་སྤྱོད་པ་ཀྱང་ཡིན་  
 གསུངས། བསམ་པའི་སྒྲིག་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཆེ་བ་ནི། དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་བྱང་ཆུབ་  
 ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་ཆེ་སྟེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། དགོ་བ་གཞན་ཀྱང་ཆུ་ཤིང་བཞིན་དུ་  
 བྱི། ། འབྲས་བུ་བསྐྱེད་ནས་ཟད་པར་འགྱུར་བ་ཉིད། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་  
 ཤིང་ཉིད་པར་ཡང་། ། འབྲས་བུ་འབྱེན་པས་མི་ཟད་འཕེལ་བར་འགྱུར། ། ཞེས་  
 གསུངས་ཤིང་། དེ་ཁ་ཡང་བསམ་པ་ཤུགས་དྲག་ཞན་དང་རྒྱན་རིང་བྱང་སྤྱོད་ཀྱི་  
 བྱང་པར་ཡོད་དེ། དགོ་བ་དགའ་བཞིན་དུ་བྱེད་པའི་གུས་སྤྱོད་དང་། རྒྱན་བསྐྱེད་  
 བའི་ཉིད་སྤྱོད་གཉིས་ཆང་ན་དགོ་བ་ཆེན་པོ་དང་། གཅིག་ལས་མེད་ན་འབྱིང་།  
 གཉིས་ཀ་མ་ཆང་ན་བྱུང་བྱུང་ཡིན། དེ་དག་དངོས་ནས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། བསམ་པ་  
 བཟང་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་བཟང་། ། བསམ་པ་དམན་ན་ས་དང་ལམ་ཡང་  
 དམན། ། ཐམས་ཅད་བསམ་པ་དག་ལ་རག་ལས་པས། ། ཞེས་གསུངས། དེ་  
 ཡང་། མི་དགོ་བ་བསྐྱེད་ན་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཆེན་པོ་ཡོང་ཡང་། རང་རེ་ནི་ཁེ་འདོད་  
 ཀྱང་ཉེན་མི་བསྐྱེད་བས་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་མིན་པ་ཉེན་ལག་པོ་  
 བསྐྱེད་ན་ཁེ་ཆེན་པོ་རག་པ་ཡིན། མི་དགོ་བ་ཐམས་ཅད་ནང་ནས་ཁོང་ཁྱོད་སྤྱོད་ཆེ་  
 སྟེ། སྤྱོད་འཇུག་ལས། བསྐྱེད་པ་སྤྱོད་དུ་བསགས་པ་ཡི། ། སྤྱོད་དང་བདེ་  
 གཤེགས་མཆོད་ལ་སྤྱོད་པས། ། ལེགས་སྤྱོད་གང་ཡིན་དེ་ཀྱང་ཡང་། ། ཁོང་ཁྱོད་གཅིག་  
 གིས་འཛོམས་པ་བྱེད། ། ཅེས་སྤྱོད་དང་། འཇུག་པ་ལས། གང་ཕྱིར་རྒྱལ་སྤྱོད་  
 རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ཡིས། ། སྤྱོད་དང་བྱིས་སྤྱོད་བྱང་དགོ་བ་བསྐྱེད་པ་བརྒྱུ། །



བསགས་པ་སྐད་ཅིག་གིས་འཛོམས་དེ་ཡི་ཕྱིར། ། མི་བཟོད་ལས་གཞན་ཕྱིག་པ་ཡོད་  
 མ་ཡིན། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་རྒྱན་དུ་ཆགས་པའི་གཉེན་པོ་དང་།  
 སློབ་པ་དུ་ཁོ་བའི་ཉེས་དམིགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་དེ་དུན་པར་བྱས་ཏེ་ཐོན་བྱེད་དགོས་ལ།  
 ཡང་དགོ་སྤྱད་དུག་པོས་འདུལ་འོས་པ་ཡོད་ན་དགོ་ཆེན་གྱིས་ཉེས་རྒྱུ་སོགས་མ་བྱས་  
 ན་ཉེས་པ་འབྱུང་བས། སྤྱི་བོ་གསོ་ཐིག་ལས། བརྒྱུད་ན་དུལ་བ་ཉིད་དུ་  
 འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད་དགོས། འོན་ཀྱང་ཁོང་ཁོ་བའི་ལངས་བཞིན་དུ་  
 བྱས་ན་ནི་དགོ་བའི་རྒྱས་པ་བཅོམ་འགྲོ་བས་གཟབ་པར་བྱེད་དགོས། ཡང་གཞོན་  
 པས་རང་ལ་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་དོན་དེས་བྱུང་ན་ཁྱད་གསོད་མེད་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རངས་  
 དང་བཅས་ནས་བསྐྱབ་དགོས། དེའི་ཆེ་རང་གི་ཁ་འདོན་སོགས་ཆག་ན་ཡང་གནང་  
 བ་གཏོང་མི་དགོས་ཏེ། དེ་ལས་ཅིག་ཤོས་པན་ཡོན་ཆེ་ཚུལ་མདོ་ལས། མཆོད་རྟེན་  
 བྱེ་བ་འབྱུང་བཞེངས་པ་ལས། གང་ཟག་གཅིག་ཁ་ཡར་སྤྱོད་པ་བསོད་ནམས་ཆེ་  
 བར་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་དགོ་འདུན་ནང་པན་རྒྱན་དུ་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་  
 གཞོད་སེམས་སོགས་མི་མཛད་པར་ཤིན་ཏུ་མཐུན་པར་མཛད་དགོས། དེ་ཡང་ཆུན་  
 པས་གཞོན་པ་ལ་བཙུང་གཏུང་དང་བཅས་ནས་བསྐྱབ་ཡར་སོགས་བྱེད་པ་དང་།  
 གཞོན་པས་ཀྱང་ཆུན་པ་ལ་གུས་ཞབས་དང་བཅས་ནས་ཉན་པ་སོགས་བྱེད་དགོས་ཏེ།  
 པོ་ཏྟ་བའི་གསུང་ད་གིན་ཁྱུས་པའི་འཕྲོ་ལས། གཞན་སློབ་ལ་གཞན་སློབ་དུ་མི་  
 འཛིན་པར་ཁ་མཉམ་ལག་མཉམ་དུ་འཛིན་པ་བཟུན་པ་ཉམས་པའི་རྟགས་ཡིན་  
 གསུངས་ཤིང་མདོ་རྩ་བ་ལས། གཞན་པོ་དང་སློབ་དཔོན་ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་བ་ལ་  
 ཡང་ངོ་ཞེས་རང་གི་གཞན་སློབ་ཚུལ་བྱིམས་འཆལ་པ་ཡིན་ན་ཡང་གུས་ཞབས་བྱེད་  
 དགོས་པར་གསུངས། འབྲས་བུའི་སྐབས་ནམ་སྤྱིན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ། མི་དགོ་བ་  
 བཅུ་ལ་ཀྱན་སློང་དུག་གསུམ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་རྒྱུ་འབྲིང་ཆེན་  
 པོ་གསུམ་རེ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ཆེན་པོས་དཔྱུལ་བ། འབྲིང་གི་ཡི་དྲགས། རྒྱུ་འབྲིང་ཆེན་



དུད་འགྲོར་སྐྱེ་བར་སའི་དངོས་གཞིར་གསུངས་ཤིང་། ས་བརྒྱུ་པའི་མདོ་ལས་འབྲིང་གིས་དུད་འགྲོ་དང་། རྒྱུད་དུས་ཡི་དྲགས་སྐྱེ་བར་གསུངས། དེ་ཡང་ངན་སྤང་བའི་ཕྱང་པོ་ལྔ་པོ་དེ་མི་དགེ་བའི་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡིན་ན་དེའི་རྣམ་སྤྲོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ནི་མེད་གསུངས། རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་ངན་འགྲོ་ནས་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ངན་སྤང་དུ་མི་དགེ་བའི་རྣམ་སྤྲོད་རྫོགས་ནས་ལས་གཞན་ཞིག་དབང་གིས་མིར་སྐྱེས་ཀྱང་སྒྲིག་གཙང་གིས་མྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་ཆེ་བུང་། མ་ཕྱིན་ལེན་གྱིས་ལོངས་སྤྱོད་གིས་ཤོངས། ལོག་གཤེད་ཀྱིས་རྒྱུད་མ་མ་བསྐྱུང་བར་འགྱུར་གསུངས་ཀྱང་། དེས་མི་ཆོག་དགེ་སྤྱུག་མ་བསྐྱུངས་པ་དང་མ་རུང་བར་འགྱུར་བ་དང་། གཤེད་འཁོར་མ་བསྐྱུངས་པར་འགྱུར་བ་སོགས་ཀྱང་ཡིན། རྒྱན་གྱིས་སྐྱར་པ་འདེབས་པ་མང་བ་དང་། སྤྲུལ་སྤྱོད་གསལ་མི་བརྟན་པར་འགྱུར་བ་དང་། ཆོག་རྒྱབ་གྱིས་མ་བྱུང་མ་ཕེར་ཤ་སྤྱུག་གོ་བ་དང་། ངག་བཀྱལ་གྱིས་གཞན་གྱི་རང་ལ་མི་ཉན་པར་འགྱུར་ཏེ་འདི་དག་ལ་བསམ་སྒྲོ་བརྟང་ན་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལས་ཡིན། ཤ་ར་བས་ཀྱང་། སྤྱོད་སྤྱོད་ལེ་ལན་གཞན་ལ་གདམས་མེད། ། ཐམས་ཅད་ལས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་ཀོར་ཀོར་འོང་གསུངས་པ་ཡིན། ཡིད་གྱི་གསུམ་གྱི་མྱོང་བ་རྒྱ་མཐུན་ལ་ཆགས་སྤང་རྫོངས་གསུམ་ཤས་ཆེ་བར་གསུངས་པ་རང་ཉིད་དེ་གསུམ་ཤས་ཆེ་བ་ལ་ཡང་བྱེད་མོད། གཞན་གྱིས་རང་ལ་དེ་གསུམ་ཤས་ཆེ་བ་བྱེད་པ་ཡོང་བ་ལ་སྐྱར་བ་ཡང་ཡོད། གཞན་ཡང་བརྒྱབ་སེམས་གྱིས་བརྩམས་པའི་བྱ་བ་མི་འགྱུར་བ་དང་། གཞོད་སེམས་གྱིས་རང་ལ་གཞན་གྱི་གཞོད་འཆེ་མང་བ་དང་། ལོག་ལྟས་རང་གར་སྤྱོད་པ་དེར་སྤྱར་ནས་ཡོད་པའི་གསེར་དངུལ་དང་འབྲུ་སོགས་དཀོན་པ་དང་རྒྱབ་པར་འགྱུར། འདིའི་ལོག་ལྟ་ཡང་གཞན་གྱིས་དགེ་བའི་ཕན་ཡོན་དང་། སྤྱིག་པའི་ཉེས་དམིགས་ཇི་འདྲ་ཞིག་བཤད་ཀྱང་དེ་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པ་སྟེ། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས། དགེ་བའི་ཕན་ཡོན་བཤད་ཅ་



ན། ། འོ་ན་ཏ་ཟེར་ཡིད་མི་ཆེས། ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། མི་དག་  
 བཅུའི་བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་ནི། མིར་སྤྱིས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་དགའ་བ་སྟེ། སྲོག་གཙོད་ཀྱི་  
 བྱེད་པ་རྒྱ་མཐུན་སྲོག་གཙོད་ལ་དགའ་ཞིང་སྲོག་གཙོད་ཀྱི་གཏམ་ཙམ་ཐོས་ཀྱང་  
 འཇུག་མེད་བྱེད་པ་ལྟ་བུ། དེ་ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲོ། འོ་ན་རྒྱ་མཐུན་དང་  
 བདག་འབྲས་མིའི་ཉིན་ལ་བརྗོད་པ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན། ངན་སང་ལ་དེ་དག་མེད་པ་  
 མིན་ཀྱང་། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་གཙོ་ཆེ་བས་དེ་དག་མ་བཤད་ཅིང་། དེ་ནས་  
 རྣམ་སྤྲིན་རྫོགས་ཀྱང་དེ་གཉིས་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་  
 ཡིན། འབྲས་བུ་གསུམ་པོ་དེ་ཡང་སྲོག་གཙོད་ལ་སྦྱར་ན། པ་རོལ་པོ་གསོད་བྱར་  
 གུར་པ་དེ་ལ་ལུས་ཆོར་དང་སེམས་ཆོར་སྤྱག་བསྐལ་བསྐྱེད་པར་བྱས་པ་ལས། རང་  
 ལ་དམུལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་དུ་སྦྱོང་བ་ལ་སོགས་པའི་ཡིད་དུ་མི་  
 འོང་བའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་འབྱུང་། བསད་པ་དངོས་ཀྱི་རྒྱ་མཐུན་དུ་དམུལ་བ་  
 དེར་ཡང་གཞན་གྱིས་རང་ཉིད་གསོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་འབྱུང་། དཔེར་ན་  
 རྒྱལ་པོ་ཞིག་སྤྱིད་མོས་ཆལ་དུ་ཅེ་བཞིན་པའི་ཆེ་རང་ཆོས་བསད་ན་གསོད་པར་ཉེ་བ་  
 དེའི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་དེ་གསོད་པ་ལ་ཉེ་བའི་སྤང་བ་ཚུན་གྱིས་གཟི་བརྗིད་ཉམས་ནས་འགོ་  
 བས་དེའི་བདག་འབྲས་བུ་དམུལ་བའི་ས་སྤྱོགས་ཡིད་དུ་མི་འོང་བར་སྦྱོབ་སོགས་  
 འབྱུང་བ་ཡིན་ཏེ། མཛོད་ལས། སྤྱག་བསྐལ་སྤྱིར་དང་བསད་སྤྱིར་དང་། ། གཟི་  
 བྱེད་མེད་སྤྱིར་འབྲས་རྣམ་གསུམ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། བདག་  
 འབྲས་ཀྱི་སྐབས། རྒྱན་སྤྲེལ་པས་ལས་ཀྱི་མཐའ་རྒྱས་པར་མི་འབྱུར་བར་གསུངས་  
 ཀྱང་ལས་མཐའ་མི་འབྱུང་བ་རང་བཤད་ཆོག བདག་འབྲས་ཡུལ་སྤྱི་ལ་སྤྲིན་པར་  
 གསུངས་ཀྱང་། རྒྱེར་ལ་མི་སྤྲིན་པ་མིན་ཏེ། རང་ཉིད་ས་སྤྱོགས་ངན་པར་སྤྱིས་ནས་  
 དེ་ལས་གཞན་ས་སྤྱོགས་བཟང་བར་འགོ་འདོད་ཀྱང་འགོ་རྒྱ་གཏན་ནས་མི་ཡོང་བ་ལྟ་  
 བུ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་ན་སྲོག་གཙོད་དྲན་མ་ཐག་ནས་དེའི་གཉིན་པོ་འགྱོད་པ་



དྲན་པར་བྱས་ནས་སྒྲིམ་དགོས་ཏེ། དེས་ནི་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན།  
 དེའི་ཚུལ་ཡང་མི་དགེ་བ་བརྩུ་ལས་ཕྱིར་བསྐྱོག་པའི་ཆ་ནས་དཀར་པོའི་ལས་ལམ་བརྩུ་  
 བཤད་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྲོག་གཙང་སྒྲིམ་པར་ཚུལ་པ་སྦྱར་བ། དེའི་མཐུས་  
 སེམས་རབ་རྩ་ཞི་བར་གྱུར་བ་ན་མཐར་ཐུག་གྲུབ་པ་ཡིན། དེས་གཞན་ལ་རིགས་  
 འགྲོ། ཡིད་ལས་གསུམ་ལ་ཡང་ཆགས་སྤང་སྤངས་གསུམ་ལས་སྒྲིམ་པའི་ཡིད་དེ་  
 འཛིག་ལ། དེ་ལ་ཡང་། བྱང་ཆོས་ཆང་རྒྱ་འགའ་ཞིག་ཡོད། རྣམ་སྤྲོད་ནི་དགེ་  
 བརྩུ་ཆེ་འབྱིང་རྒྱུ་གསུམ་གྱིས་རིམ་པ་ལྟར། ཁམས་གོང་གི་ལྟ་དང་། འདོད་ལྟ་  
 དང་མིའི་ཡུང་པོ་འགྲུབ་ཅིང་། རྒྱ་མཐུན་དང་བདག་འབྲས་ནི། སྲོག་གཙང་  
 སྤངས་པས་ཆེ་རིང་ཞིང་ནད་མེད་པར་འགྱུར་བ་སོགས་མི་དགེ་བ་ལས་སྐྱོག་སྟེ་སྦྱར།  
 འཕེན་རྫོགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ནི་མཛོད་ལས། གཅིག་གིས་སྦྱོར་བ་གཅིག་འཕེན་ཏེ། །  
 ཡོངས་རྫོགས་བྱེད་པ་དུ་མ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས། བདེ་འགྲོའི་རྟེན་ཡིན་ན་འཕེན་  
 བྱེད་དགེ་བས་འཕངས་པས་བྱུང་། རྫོགས་བྱེད་ངེས་པ་མེད་དེ། མིར་སྦྱོས་  
 ཀྱང་སྦྱག་བསྐལ་ཤ་སྦྱག་གིས་དུས་འདའ་དགོས་པ་རྣམས་ནི་རྫོགས་བྱེད་མི་དགེ་བས་  
 རྫོགས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ངན་འགྲོའི་རྟེན་ཡིན་ན་འཕེན་བྱེད་མི་དགེ་བས་  
 འཕངས་པས་བྱུང་། ལྷ་རྒྱལ་གཙུག་ན་རིན་ཆེན་ལྟ་བུ་དཔལ་འབྱོར་དང་བདེ་  
 སྦྱིད་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པ་ལ་སྦྱོད་པ་རྣམས་རྫོགས་བྱེད་དགེ་བས་རྫོགས་པ་ཡིན། དེ་  
 ལྟར་ན་མི་དགེ་བའི་ལས་འདི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་སྦྲེབས་མ་ཤེས་པ་མ་གཏོགས།  
 གལ་ཏེ་སྦྲེབས་རྒྱ་ཞིག་ཡོད་ན་ལག་རྒྱེས་ངན་པ་ཞིག་འཛིག་པ་ལས་འོས་མི་འདུག  
 དམུལ་ཁམས་སུ་ཡང་དགེ་བའི་ལས་འདི་གཅིག་སྦྲེབ་ན་ལག་རྒྱེས་བཟང་པོ་ཞིག་  
 འཛིག་པ་ལས་འོས་མི་འདུག་སྟུང་པའི་ངེས་ཤེས་རྟེན་པར་བྱེད་དགོས། ཡང་སྤྱིར་  
 ངེས་ནི་ལས་བྱས་བསགས་ཆང་བ་རྣམས་ཡིན། བྱས་ལ་མ་བསགས་པ་ནི་སྤྱིར་ངེས་  
 མ་ཡིན་པས་བྱས་བསགས་ཀྱི་བྱུང་པར་ནི། མི་ལམ་དུ་བྱས་པ་དང་། མི་འདོད་



བཞིན་དུ་བྱས་པ་དང་། འགྱུར་བཞིན་དུ་བྱས་པ་སྐྱེས་བྱས་ལ་མ་བསགས་པའི་  
 ལས་བརྩུ་ས་ཞིན་ས་བཤད་ཅིང་། སྦྱར་བ་དང་འཇུག་ཆང་ལ་དངོས་གཞི་མ་ཆང་བ་  
 དཔེར་ན་མི་གསོད་རྒྱ་བྱང་ན་དགའ་བ་ལ་སྒྲུམ་པ་ལྟ་བུའི་དགའ་བ་སྒྲུམ་པ་གཉིས་  
 ཆང་ཡང་། གསོད་པའི་དངོས་གཞི་མ་བྱས་ན་བསགས་ལ་མ་བྱས་པའི་ལས་ཡིན།  
 སྦྱར་དངོས་འཇུག་གསུམ་ཀ་ཆང་ན་བྱས་བསགས་ཆང་བ་ཡིན། རང་གི་འདོད་པར་  
 མེད་ཀྱང་མི་འདོད་བཞིན་དུ་གསོད་དགོས་པ་བྱང་ན་བྱས་ལ་མ་བསགས་པ་ཡིན།  
 ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་ལྟ་བུ་བྱས་བསགས་གཉིས་ཀ་མ་ཆང་པའི་ལས་ཡིན། མདོར་ན་  
 དགའ་བཞིན་དུ་བྱས་པ་ལ་གཉིས་ཀ་ཆང་ནས་ཡོང་། མི་དགའ་བཞིན་དུ་བྱས་ན་  
 བྱས་ལ་མ་བསགས་པར་འགྲོ། བྱེད་འདོད་ཀྱང་བྱེད་རྒྱ་མ་བྱང་ན་བསགས་ལ་མ་  
 བྱས་པར་འགྲོ་བས་མི་དགེ་བའི་སྦྱོགས་གང་ཡིན་དང་པོ་ནས་མ་བསམ་པ་དགོས།  
 བསམ་ནས་བསགས་ཀྱང་ལྷུས་ངག་སྐྱེས་ཀྱིས་མ་བྱས་པ་དགོས། གལ་ཏེ་བྱས་  
 བསགས་ཆང་ན་ཡང་དེ་མ་ཐག་འགྱུར་སེམས་ཀྱིས་བཤགས་སྒྲུམ་བྱས་ན་སྦྱར་བྱས་ལ་  
 མ་བསགས་པར་འགྱུར་བས་ན་སྦྱོར་བྱེད་ངེས་མ་ཡིན་པར་འགྲོ་བས་དེ་ལྟར་བསྐྱབ་  
 དགོས། ཡང་མི་ལམ་དུ་མི་བསད་པར་མིས་ནས་སྦྱར་སད་དུས་དགའ་བ་སྒྲུམ་པ་ལྟ་  
 བུས་གསོས་བཏབ་ན་བྱས་བསགས་ཆང་བར་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་དག་ལ་དགོངས་ནས་  
 སྦྱོབ་དཔོན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་མན་ངག་ལྟར་དབྱིག་གི་གཉེན་པོས་ལས་གང་  
 ཞིག་འཛོམ་ཞིང་སྒྲུམ་ན་མཐོལ་ཞིང་བཤགས་ན་ཞེས་སྐྱེས་གསུངས། ཡང་མི་དགེ་  
 བ་བསམ་པ་དང་བསགས་པ་མི་འདྲ་ཞིང་། འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་བྱས་ན་མི་དགེ་བ་  
 ཡིན་སྒྲུམ་དུ་བསམ་པ་དེ་མི་དགེ་བ་བསམ་པ་ཡིན་ཀྱང་བསགས་པ་མིན་ཏེ། དེ་འདྲ་  
 བཞི་འཕགས་པའི་ཐུགས་ལ་ཡང་ཡོད་ལ། འོན་ཀྱང་འཕགས་པ་ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་  
 ལས་གསར་དུ་གསོག་པ་མེད། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཡོད།  
 འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ཡིན་ན་གསར་བསགས་ཀྱི་ལས་ཡིན་པས་མ་བྱུབ་པ་སྐྱེས་ཀྱི་



འཛིན་ཚུལ་ཡང་ངེས་ངེས་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས། དགེ་བ་ལ་ནི་སེམས་ཀྱིས་བསགས་  
གང་ཐུབ། ལུས་ངག་གིས་བྱེད་གང་ཐུབ། དེ་ཡང་རྒྱན་བསྐྱངས་ནས་ཡང་ཡང་  
བྱེད་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་སྤེལ་དགོས། སྤེལ་ཚུལ་ནི་རྩི་རིན་པོ་ཆེས།  
ཁྱད་པར་རང་གི་སྒྲིན་བྱས་དགེ་བ་ལ། ། རྒྱུ་སེམས་བྲལ་བའི་དགའ་བ་ཆེར་བསྐྱེད་  
ན། ། སྒྲིན་བྱས་དགེ་བ་གོང་དུ་འཕེལ་ལོ་ཞེས། ། རྒྱལ་བས་གསུངས་བའི་དོན་དེ་  
སྤྱབ་སྤྱིར་དང་། ། དགོས་པ་གཞན་ཡང་མང་དུ་མཐོང་བས་ན། ། སེམས་སྤྱོད་  
དགའ་བ་འདི་ལྟར་བསྐྱེད་ན་ལགས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་གི་དགེ་བ་ལ་  
རྩིས་སྤྱི་ཡི་རང་གི་དགའ་བ་སྒྲིམ་པའི་སྒྲིམ་ནས་ཡིན། དེ་ལྟར་བསམ་བཞིན་དུ་  
བསགས་པའི་སྤྱོད་ངེས་ཀྱི་ལས་དེ་ལ་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར། སྤྱིས་ནས་སྤྱོད་འགྱུར།  
ལན་གངས་གཞན་ལ་སྤྱོད་འགྱུར་གསུམ་ཡོད་པས། དགེ་བ་ལ་ནི་བྱང་ན་མཐོང་  
ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར་དང་། དེ་མིན་ཡང་སྤྱིས་ནས་སྤྱོད་འགྱུར་ཞིག་བསགས་གང་ཐུབ་  
བྱེད་དགོས་ལ། མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར་ནི་རང་གི་སྤྱི་བ་འདི་རང་ལ་ལས་དེའི་  
འབྲས་བུ་སྤྱོད་བ་སྟེ། མཛོད་ལས། གང་དག་འགོག་བྱམས་ཉོན་མོངས་མེད། །  
མཐོང་དང་དག་བཅོམ་འབྲས་ལངས་པ། དེ་ལ་ཕན་གཞོན་བྱས་པ་ཡི། ། འབྲས་  
བུ་འབྲལ་དུ་སྤྱོད་བར་འགྱུར། ། ཞེས་འགོག་པའི་སྒྲིམས་འཇུག་དང་བྱམས་པའི་  
ཉིང་ངེ་འཛིན་ལས་ལངས་མ་ཐག་སྐྱེས་ལ་ཕན་གཞོན་ཕན་བུ་བྱས་ཀྱང་ཉོན་གྱི་སྒྲིམ་  
ནས་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར་དུ་གསུངས་པ་དང་། ཡང་ཉོན་མོངས་རབ་དང་དྲག་  
པོ་དང་། ། ཡོན་ཏན་ཁིང་དང་རྒྱན་ཆགས་སུ། ། བྱས་པ་གང་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།  
ཕ་མ་གསོད་གང་དེ་ངེས་སོ། ། ཞེས་པས་ཉོན་མོངས་ཤུགས་དྲག་པོས་ཀྱན་ནས་  
བསྐྱངས་ཏེ་བྱས་པའི་ལས་སྐྱེས་བསམ་པའི་སྒྲིམ་ནས་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར་དུ་  
འགྱུར་བ་གསུངས་པ་ཡིན། དགེ་བ་ལ་ནི་འབྲས་བུ་དེ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆད་བྲལ་འབྲས་  
ཀྱང་ཡོད་པས་དེ་ལ་འབྲངས་སུ་མ་འདོན་དགོས། དེ་ཡང་ལོ་རྒྱུས་དང་སྤེལ་ནས་



ཁྱེད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་མཇུག་ཆེད་ཆོས་མཁོ་ལྟ་  
 འགྲུལ་དུ་འགྲུལ་ཚུལ་ནི། ཆོས་ཀྱི་དོན་དུ་དཀའ་ལྷོད་ཅི་ཙམ་བྱེད་དགོས་བྱུང་ཀྱང་  
 ཡིད་སྤྱོད་སིང་སིང་ཞིག་མཛད་ན་ངེས་པར་ཆེ་འདི་ལ་མཇུག་ཆེད་ཆོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཕུན་  
 སྤྱོད་ཆོག་པ་འབྱུང་སྟེ། དགོ་བཤེས་སྒྲུང་རི་ཐང་པ་དོ་རྩེ་སིང་གི་དེ་དང་པོར་འཆོ་  
 ཆས་ཏེ་ཅང་བཀྱེན་པ་བྱུང་ཀྱང་ཐུགས་སྒྲུང་གང་ཡང་མེད་པ་སྤྱོད་བཞིན་དུ་ཆོས་ཕྱིར་  
 དཀའ་ལྷོད་ཁྱེད་དུ་བཅོལ་པར་མཛད་པའི་སྐབས་ཤིག་སྟོན་ལུང་སྟོགས་སུ་བྱོན་  
 པར་ཡུར་བུ་ཞིག་ལ་མཆོང་བར་མཛད་པ་ན། གསལ་ཆས་བཀྱེན་པར་བརྟེན་སྐྱེ་  
 གཟུགས་ངན་བས་མཆོངས་མ་བྱུང་པར་ཡུར་བུའི་ནང་དུ་འབྱེལ་ཏེ་དུན་མེད་དུ་སོང་  
 བ་ན། ཐུགས་པ་ཞིག་གོང་ཆོག་ལ་སོང་ནས་ལོག་འོང་བས་མཇུག་སྟེ། སེམས་ཀྱིས་  
 མ་བཅོལ་པར་ཏེ་ལས་བབས་ནས། ཁོ་རང་གི་གལ་ཏེ་ནང་དུ་གཏོར་མའི་རོ་དོ་  
 ཐུག་སྐྱེར་མོ་ཡོད་པ་དགོ་བཤེས་ཀྱི་ཞལ་དུ་གསལ་བ་སོགས་བྱས་པར་བརྟེན་ཕེབས་པ་  
 བྱུང་། དེར་ཐུགས་པའི་བྱིམ་དང་ཡུལ་དང་རུས་དང་མིང་སོགས་ཞིབ་དུ་དྲིས་ནས་  
 ཐུགས་ལ་མ་བརྟེན་པར་བཟུང་སྟེ་རྩེ་སིང་དགོ་བཤེས་ཉིད་འཕྲིན་ལས་རྒྱས་ཏེ་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཆེ་དུས་ཐུར་གྱི་ཐུགས་པ་ལ་འབྲལ་བ་བཟང་པོ་སྤྱེལ་བར་མཛད་པ་སོགས་  
 སྟོན་བྱུང་གི་ལོ་རྒྱུས་མཐའ་ཡས་གསུངས། ཞིང་གི་སྤྱོད་ནས་སྤྱི་ལོ་ལྔ་པ་མཇུག་  
 ཆོས་མཁོ་ལྟ་ཀྱང་དུ་འགྲུལ་ཚུལ་ནི་ཞིང་དགོན་མཆོག་ལ་བརྟེན་པའི་དགོ་སྤྱོད་གཉིས།  
 དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་པ་དང་། པ་མ་དང་། སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་པའི་དགོ་སྤྱོད་གཉིས་  
 གཉིས་ཏེ་བརྒྱད་གསུངས་ཤིང་། དེ་འདྲའི་ཞིང་ལ་ཆོག་པ་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་  
 མཇུག་ཆེད་ཆོས་ལ་ཕྱིར་བའི་ཚུལ་ནི། རྒྱལ་པོ་རྒྱལ་བ་པ་ཞེས་པས་རང་སངས་རྒྱས་ཤིག་  
 དང་མཇུག་པ་ན་དེ་མཆོལ་ལྷམ་སོགས་ཕུལ་བས་ཆེ་དེར་རྒྱུ་ནང་ནས་གསེར་  
 ཉིད་པ་སོགས་བྱུང་། ཡང་རྒྱལ་པོ་གསེར་མདོག་ཅན་ཞེས་པས་ཀྱང་རང་སངས་  
 རྒྱས་ལ་འབྲས་བུ་པོ་རྒྱུང་གང་ཕུལ་བས་སྤྱོད་པ་དེར་འབྲས་ཀྱི་ཆར་ཕུས་ཀྱང་ཙམ་



བབས་པ་བྱུང་། གཞན་ཡང་རྩོམ་སྒྲིལ་ན་བཞུགས་དུས་འབྲོམ་དགོན་འབར་བྱ་  
 བ་གཅིག་གི་ཏྲ་བཟང་པོ་གཅིག་གཞོན་ནས་ཕྱར་ཕྱར་བྱུང་བས་རྩོམ་དང་མཇལ་བས་  
 རང་དབང་མེད་པར་དད་པ་སྦྱིས་ཏྲ་དེ་རྩོམ་ལ་ཕྱལ་བས་ཕྱིས་དགོན་འབར་ལོ་བརྒྱ་  
 དང་ཉི་ཤུ་ཐུབ་པ་བྱུང་། ཡང་གཞོན་ནུ་མ་གཅིག་གིས་གོས་རས་ཁྲ་ཁྲུ་གཅིག་གོན་  
 ནས་ཕྱར་ཕྱར་བྱུང་བས་རྩོམ་མཇལ་ནས་གོས་དེ་རྩོམ་ལ་ཕྱལ་བས་ཕྱིས་ཁང་ཀ་མའི་  
 ཡུལ་དུ་ལོངས་སྤྱོད་དང་འབྱོར་བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྲབ་པ་བྱུང་གསུངས། །།



## ཉིན་ཉིན་བཞི་པ།

སྒྲིབ་དཔོན་དཔའ་བོས་སྒྲིས་རབས་ལས། དགེ་དང་མི་དགེའི་ལས་ལས་  
འཇིག་རྟེན་པ་རོལ་དུ། ། བདེ་དང་མི་བདེར་འགྱུར་བ་དག་དུ་ངེས་བྱས་ནས། །  
ཐིག་པ་སྤངས་ཏེ་དགེ་བའི་ལས་ལ་རབ་དུ་འཇུག། ། དད་པ་མེད་པ་དག་ནི་ཇི་ལྟར་  
འདོད་པར་སྒྱུད། ། ཅེས་གསུངས་པའི་ལྷང་འབྲེན་པ་གནང་ནས། རང་འཇིག་  
རྟེན་པ་རོལ་དུ་འགོ་བའི་ཆེ་རྒྱུ་རིན་པོ་ཆེས། དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཕྱི་བཞིན་  
འབྲང་བ་ལ། ། ཇེས་པ་བརྟན་པོ་རྟེན་ནས་ཞེས་སྐྱེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་  
རགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ངན་སྤང་གསུམ་ལ་སྐྱེས་པ་དང་། ལས་ཕྱ་མོ་ལ་བརྟེན་  
ནས་ཁམས་གོང་མ་དང་། དེ་ལས་ཀྱང་ཤིན་དུ་ཕྱ་བ་སྲིད་ཅེའི་ཉིང་ངེ་འཇིན་གྱིས་  
སྲིད་པའི་ཆེ་མོར་སྒྲིལ་བར་བྱེད་ཀྱང་། ལས་དེ་ངེས་འབྱུང་དང་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་  
པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་མ་བྱེན་པས་སྒྲུར་ཡང་འོག་མར་ལྷང་པར་འགྱུར་པ་ནི་དཔེར་ན།  
བྱ་ནམ་མཁར་ལ་འཕུར་ཆེ་དང་པོ་ལུས་ཀྱི་གྲིབ་མ་འོག་དུ་གསལ་བར་སྤང་ཡང་།  
རིམ་གྱིས་རྒྱུ་མཐོ་རྒྱུ་མཐོར་སྤང་བ་ན་གྲིབ་མ་ཡོད་ཀྱང་སྤང་མི་བྱེད། སྤང་བབས་  
པའི་ཆེ་གྲིབ་མ་ཡང་གསལ་པོར་སྤང་ནས་ལུས་དང་འབྲེལ་ནས་འགོ་བ་དང་འབྲ།  
དེ་ལྟ་བུའི་ལས་འབྲས་གྱིས་ཚུལ་དེ་རང་གི་སྒྲིས་ངེས་པར་བྱས་ནས་ཐིག་སྒྲིབ་དགེ་  
སྒྲིབ་ལ་འབད་དགོས། དེ་ནི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱིས་དད་པའི་ལུགས་ཡིན་  
ཞིང་། ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་གྱི་དད་པ་མེད་པ་ནམས་ནི་རང་དགའ་བ་ཞིག་ལ་  
འཇུག་པས་དེ་ལ་འཇིག་རྟེན་རང་དགའ་བ་ཡང་བེར་པ་ཡིན་གསུངས་ཏེ་དེ་ནི་སྒྲིས་  
རབས་ཀྱི་དོན་དང་། ལས་འབྲས་བསམ་ཚུལ་ཁ་སང་གསུང་བཤད་ལ་བསྐྱར་བཤད་  
མཛད་ནས་དགེ་བའི་མཐོང་ཆོས་ལྗོང་འགྱུར་གྱི་དཔེ་ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར་དང་། མི་



དགེ་བའི་མཐོང་ཆོས་སྤྱོད་འགྱུར་ཀྱང་སྤོན་ཞུས་པའི་སྤྱེལ་བྱུང་བའི་སྤོབ་མ་དགེ་ཚུལ་  
 གྱི་ལོ་རྒྱས་འདིར་ཡང་སྤངས་ནས་བསམ་དགོས་ཤིང་། དེར་མ་ཟད་གཞན་ཡང་  
 མང་ཉི། དགེ་བཤེས་བྱ་ཡུལ་བ་སྤྱོད་པ་དུས་སྤྱོད་པ་རིན་པོ་ཆེ་ཐུགས་གཅིགས་ཤིན་  
 ཏུ་ཆེ་བ་ལ་ཕྱག་དོག་གིས་ཡིད་དཀྱགས་པའི་དགེ་བཤེས་ཆེན་པོ་བརྩམས་ཀྱིས་སྤྱོད་  
 འདེབས་མི་བཟད་བ་བྱས་པས་ཐམས་ཅད་རིམས་དྲག་པོ་བཏབ་ཉི་ཤི། ཡང་དགེ་  
 བཤེས་གྲག་པ་འདུལ་འཛིན་གྱིས། དགེ་བཤེས་སྟོང་ལུང་པ་ལ་དང་པོ་ཆོས་འབྲེལ་  
 བྱས། དེ་ནས་སྤྱི་གཞུང་བ་ཡོན་རེ་ཅམ་བསགས་འཆི་ཅ་ན་ལུས་ལ་མེ་འབར་སྤང་བ་  
 བྱུང་། མཁན་བྱ་ཀུན་ལ་ཟངས་མོ་ཆེ་རྒྱས་བཀའ་ལ་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱུར་དང་བེད།  
 དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཀུན་གྱིས་ཆོར་པར་སོ་རེང་རེང་པ་བྱུང་བེད། རྣམ་སྤྱོད་ཇི་ལྟར་  
 སྤོན་ཚུལ་ཡང་སྤྱོད་གཅན་འཛིན་གྱིས། ལས་གྱིས་འཁོར་བར་ཁྱེ་གང་དང་། ། ཉེ་བ་  
 གང་དང་གོམས་པ་གང་། ། སྤོན་བྱས་གང་ཡིན་དེ་ལས་ནི། ། སྤྱོད་སྤྱོད་མ་རྣམས་སྤོན་  
 འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ལས་དུ་མ་བསགས་པའི་ནང་ནས་ཁྱེ་བའམ་ཆེ་  
 བ་དེ་སྤོན་ལ་སྤོན་ནས་ཡོང་། ཁྱེ་ལོད་དང་ཆེ་རྒྱུ་སྤྱོད་ན་ཉེ་བ་དེ་སྤོན་ལ་སྤོན། དེ་  
 ཡང་འདྲ་ན་རང་ཉིད་གང་ལ་གོམས་པ་ཤས་ཆེ་བ་དེ་སྤོན་ལ་སྤོན། དེ་ཡང་འདྲ་ན་  
 གང་སྤོན་ལ་བསགས་པའམ་བྱས་པ་དེ་སྤོན་ལ་སྤོན་པ་ཡིན་པས་མི་དགེ་བ་ལ་གོམས་  
 འདྲིས་གང་རྒྱུད་བྱེད་དགོས། དགེ་བ་ལ་གོམས་པ་གང་ཆེ་བྱེད་དགོས། བྱས་ན་  
 འཆི་ཁར་ཡང་དད་པ་སོགས་དགེ་སྤྱོད་བའི་རྒྱུ་མང་པོ་རྟོད་ནས་བྱི་མ་བདེ་འགྲོར་  
 འགྲོ་བ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་མི་དགེ་བརྩམས་ཀྱི་ཚུལ་བྱིས་ལ་བརྟེན་ནས་བདེ་  
 འགྲོ་སྤྱིའི་ལུས་རྟེན་འགྲུབ་པས་ལས་འབྲས་སྤྱིར་བཏུན་པ་ཞུས་ཟིན་ནས་བདེ་འགྲོའི་  
 རྟེན་ལ་འབྲས་བྱ་བྱེ་བྲག་པ་སྤྱོད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ཏེ་ལས་འབྲས་བྱེ་བྲག་དུ་བཏུན་  
 པ་ལ། དེ་ཡང་སྤྱིར་སྤྱི་གཞུང་བ་བྱས་ན་དཔུལ་བར་སྤྱོད་ཁིང་། དཔུལ་བར་སྤྱོད་ན་ཡུན་  
 རིང་པོའི་བར་བདེ་འགྲོ་མི་ཐོབ་པས་ཆོས་སྤྱོད་པའི་སྐབས་མི་རྟོད་དེ། སྤྱོད་འཕྲག་



ལས། སྐད་ཅིག་གཅིག་བྱས་ཤིག་པས་ཀྱང་། ། བསྐལ་པར་མནར་མེད་གནས་  
 དགོས་ན། ། ཐོག་མེད་འཁོར་བར་བསགས་ཤིག་གིས། ། བདེ་འགྲོར་མི་འགྲོ་སྟེས་  
 ཅི་དགོས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། བདེ་འགྲོ་ཡང་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་  
 ཐོབ་དགོས་པའི་དབང་དུ་མཛད་ནས་རྣམ་སྤྲོད་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་གསུངས་པ་ཡིན་  
 ལ། དེ་ཡང་འབྲས་བུ་ལ་ཐོབ་འདོད་མེད་ན་རྒྱ་དེ་དོན་གཉེར་མི་སྤྱི་བས་དེའི་ཕྱིར་  
 འབྲས་བུ་སྤོར་ལ་གསུངས་ནས་རྒྱ་རྗེས་ལ་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་ཡོན་ཏན་  
 གང་ལྟར་པའི་གཞིར་གྱུར་པའི་རྣམ་སྤྲོད། རྣམ་སྤྲོད་དེ་ལ་ལྟར་པའི་ཡོན་ཏན།  
 ལྟར་པའི་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེད་ལས། ཡོན་ཏན་འགྲུབ་བྱེད་གྱི་རྒྱ་དང་བཞི་ལས། མིའི་  
 ལུས་ཉེན་རྣམ་སྤྲོད་ཡིན། ཆེ་རིང་བ་སོགས་དེའི་ཡོན་ཏན་ཡིན། དེ་ལ་བཞེན་ནས་  
 ཆོས་ལུན་རིང་པོ་བྱེད་པ་སོགས་བྱེད་ལས་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ལ་བསམས་ནས་དེའི་རྒྱ་  
 རྒྱབ་དགོས། དེ་ཡང་ད་ལྟ་རྣམ་སྤྲོད་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་དེ་རང་ལ་ཡོད་པའི་  
 དབང་དུ་བཏང་ནས། བྱི་མ་ལ་ཡང་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས། ལམ་མཆོག་བསྐྱབ་ལ་མཆོན་  
 ཉིད་ཆང་བའི་ཉེན། ། མ་རྟེན་བར་དུ་ས་སྤྱད་མི་ཡོང་བས། ། དེ་ཡི་མ་ཆང་མེད་  
 པའི་རྒྱ་ལ་སྟོབ། ། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡོན་ཏན་དེ་དག་དང་ལྟར་པའི་ཉེན་ཞིག་  
 མ་རྟེན་ན་ལམ་ལ་ས་སྤྱད་གང་ཡང་མི་ཡོང་བར་སྤང་བས། དེའི་ཕྱིར་ད་ལྟ་ནས་དེའི་  
 རྒྱ་རྒྱབ་དགོས་པར་སྤང་སྟེ་དུ་བསམས། དེའི་ཚུལ་ཡང་བདག་ངན་སོང་ཅམ་ལ་  
 ཞེད་ནས་མངོན་མཐོ་རྒྱབ་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ངན་སོང་རྒྱ་དང་བཅས་པ་ལ་ཞེད་ནས་  
 མངོན་མཐོ་རྒྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ངན་སོང་ཅམ་ལ་ཞེད་པ་ཡིན་ན་བདེ་འགྲོ་ཅམ་  
 ཐོབ་ན་ངན་སོང་ཞིགས་པས་དེའི་རྒྱ་ཅམ་རྒྱབ་པས་ཆོག ད་ལམ་ངན་སོང་གི་རྒྱ་ལ་  
 འཇིགས་པ་ཡིན་པས་བྱི་མ་ལམ་ལ་སྟོབ་ཏུ་རུང་བའི་ཉེན་ཁྱད་པར་ཅན་ཞིག་རྟེན་  
 དགོས་པར་སྤང་ལ། དེ་ལ་རྣམ་སྤྲོད་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟར་ཞིག་དགོས་པར་སྤང་  
 སྟེ་དུ་བསམས། འོ་ན་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་གང་ཞེན། ཆེ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། ལ་



དོག་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། རིགས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ། དབང་ཕུག་ཕུན་སུམ་  
 ཆོགས་པ། ཆོག་བཅུན་པ། དབང་ཆེ་བར་གྲགས་པ། རྒྱུས་པ་ཡིན་པ། སྟོབས་  
 དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཡིན། དང་པོ་ནི། སྟོན་གྱི་འཕེན་པས་ཆེ་རིང་པོར་འཕངས་པ་  
 དང་། འཕངས་པ་ལྟར་གནས་པ་ངེས་པར་དགོས། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་རང་གཞན་  
 གྱི་དོན་ལས་བཅུ་མས་པའི་དགེ་བ་ཡུན་རིང་པོར་གསོག་པ་འབྱུང་། ཆེ་རིང་པོ་མ་  
 བྱུང་ན་ཡོན་ཏན་གཞན་གང་ཡོད་ཀྱང་གསོད་སར་བྱིད་པ་ལ་རྒྱན་བཏགས་པ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན་ཞེས་གོང་མ་རྣམས་གསུངས། གཉིས་པ་ནི། ཁ་དོག་མཛེས་ཤིང་དབྱིབས་  
 ལེགས་ལ་ལུས་འདོམས་གང་གྱུ་བཞིན་སྟོམས་པས་རྒྱ་ཞིང་གའ་པ་ཡིན། དེའི་བྱེད་  
 ལས་ལ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་གཞན་དགའ་ནས་ཆོག་ཉན་པར་འགྱུར། གསུམ་པ་ནི་  
 ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱའི་མཛད་པ་བཟུན་པའི་ཆེ་  
 མང་བཀྱར་བའི་རིགས་སུ་རྒྱུ་བ་བཞེས་པའི་ཚུལ་བཟུན་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་འཇིག་  
 ཉེན་ན་མཐོན་པོའི་རིགས་སུ་བཀྱར་བའི་རིགས་ལ་བྱ། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་གཞན་  
 རིགས་དམངས་བ་རྣམས་རིགས་ཀྱི་སྟོན་སྟེན་ལ་གྱིས་མནན་ནས་དེ་དག་གིས་རང་གི་  
 ཁ་ལ་ཉན་པ་འོང་། བཞི་པ་ནི། ལོངས་སྤྱོད་དང་གཉེན་དང་གཡོག་འཁོར་མང་བ་  
 རྟེ། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་རང་ལ་ཟང་ཟིང་མང་བས་གཞན་ཟང་ཟིང་གིས་བསྐྱས་ནས་  
 ཆོས་ཀྱིས་སློན་པར་བྱེད་རྒྱ་འོང་། ལྷ་པ་ནི། ཆོག་བཅུན་པ་གསུངས་ཀྱང་། ལུས་  
 ངག་གཉིས་ཀ་བཅུན་པ་རྟེ། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་བསྐྱ་བ་བཞིན་ནང་ནས་སྟན་སྟོ་  
 སོགས་ཕྱི་མ་གསུམ་གྱིས་གཞན་བསྐྱས་ནས་སློན་པར་བྱེད་པ་འོང་། རྩག་པ་ནི།  
 གཙོ་བོར་སེམས་དབང་དུ་འདུས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། སྟན་པས་རང་ཤུགས་ཀྱིས་བྱབ་  
 བས་སྒྱེ་བོ་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་གནས་སུ་འགྱུར་བས་དེ་ལ་བྱ། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་རང་ལ་  
 གཞན་གྱི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲོགས་བྱེད་པའི་རྒྱས་པ་ཡོད་པས་གྲོགས་བྱས་པ་ལ་  
 བཞེན་ནས་གཞན་གྱིས་ཀྱང་རང་ལ་དྲིན་ཅན་དུ་མཐོང་སྟེ་གང་ལ་བ་པ་ལ་མགྱོགས་པོ་



ཉན་པ་འོང་། བདུན་པ་ནི། སྔ་དབང་དང་ལྔ་པ་སྟེ། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས།  
 སར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལས་སྦྱིས་པའི་ཉེན་ལ་མ་གཏོགས་སངས་རྒྱས་པ་མེད་པར་གསུངས་  
 ཤིང་། བྱེད་ལས་རབ་བྱུང་བ་དབེན་པར་གནས་པ་ལ་གོགས་བྱེད་པ་སྟགས་  
 གསུངས་ཀྱང་། མདོར་བསྟུན་ཆོས་སྦྱབ་པ་ལ་སྟོབས་པ་ཆེ་བ་དང་གོགས་ཉུང་བ་  
 གཉིས་ཡིན། བརྒྱད་པ་ནི། ནད་མེད་པ་སྟགས་ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་། ཆོས་ལ་སྟོ་  
 བ་ཆེ་བ་སྟགས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་ཏེ། མདོར་ན་ལུས་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་གཉིས་དང་  
 ལྔ་པ་ཡིན། དེའི་བྱེད་ལས་ལ་སྟོན་ཆད་དགེ་བའི་བྱ་བ་འདི་དང་འདི་ཞེས་བྱ་བ་  
 བྱས་ཀྱང་སྤྲུལ་པ་དཀོན་མཆོག་ཐུགས་རྗེས་མ་འགྲུབ་པ་མ་བྱུང་། ཕྱིན་ཆད་ཀྱང་ལམ་  
 འགྲོ་ཡོང་སྟམ་དུ་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་སྟོ་ཤུགས་ཆེ་ཞིང་ཁྱུ་པ་མེད་པ་འོང་། དེ་ལྟར་  
 བཙུན་འགྲུས་ཆེ་ཞིང་སྟོ་བརྟན་པས་ཞི་ལྷག་བྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྦྱབ་ནས་  
 མདོར་ཤེས་ཀྱང་ལྟར་དུ་འགྲུབ་པ་འོང་གསུངས། ཡང་དབྱིག་གཉེན་གྱིས་བཤད་པ་  
 ལྟར་གྱི་མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་ནི། ཐོག་མཐའ་མ་ལས། རིགས་གཞུགས་  
 འབྱོར་དང་དབང་ཕྱག་ཤེས་རབ་དང་། ། ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 ཡིན། དེའི་ནང་ནས་གཞུགས་ལེགས་པ་དེ་ནི་ཆོས་སྦྱབ་པ་ལ་ངེས་པར་གལ་ཆེ་ཏེ།  
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤྲུལ་སྟགས་ཀྱིས་ཐུགས་ལ་བརྟགས་ནས་ཆོས་ཉན་རྒྱ་གང་འདོད་  
 ཡོང་པས་རྩི་བོས་ཀྱང་། ཁོ་བོ་གཞུགས་མཛེས་པས་སྤྲུལ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཐུགས་ལ་  
 བརྟགས་ཞེས་གསུངས། རིགས་དམན་པར་སྦྱིས་ན་གཞན་གྱི་དབང་དུ་སོང་སྟེ་  
 གཡོག་པོ་སྟགས་བྱས་ནས་ཆོས་ཀྱི་བར་ཆད་དུ་འགྲོ་སྟེ། མདོ་སྟེ་རྒྱན་ལས། རིགས་  
 ཀྱི་ཉེས་པ་བཤད་པའི་ཆོ། ། ཉན་མོངས་གོམས་དང་སྟོག་གྲོགས་དང་། ། སོངས་  
 ཤིང་གཞན་གྱི་དབང་རྒྱར་པ། ། མདོར་ན་རིགས་ཀྱི་ཉེས་པ་ནི། ། རྣམ་པ་བཞི་རུ་  
 ཤེས་པར་བྱ། ཉེས་གསུངས། དབང་ཕྱག་ཕུན་ཆོགས་མ་ཆང་ན། འཆོ་བའི་ཡོ་  
 བྱེད་ཀྱིས་སོངས་ནས་ཆོས་ལ་བར་ཆད་འོང་། ཆོག་བཙུན་པས་སྟན་སྟོ་སྟགས་



འབྲུང་ཞིང་། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གིས་བསྐྱོད་པ་ལ་གཞན་གྱིས་ཉན་པ་འོང་། ལྷག་  
 ཏུ་རང་ཆོག་མཁས་པས་བཟུང་བྱུང་འོས་པ་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། མཁས་པ་རྣམས་  
 གྱིས་ཀྱང་རང་གི་ཆོག་ཐོས་པའི་ཆེ་ཁོང་ལྟེ་སྟོན་ཤེས་ཤིང་ཕྱག་ལེན་དུ་འདེབས་པར་  
 མཛད་པ་ཡིན་པས་ཁོང་གི་ཁ་ལ་ཉན་དགོས་ཟེར་པ་ཞིག་འོང་། དབང་ཆེ་བར་  
 གྲགས་པས་ནི་སྐྱེ་བོ་སྟོབས་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་རང་གི་ཁ་ལ་ཉན་པས་ཕན་ཐོགས་རྒྱབས་  
 ཆེན་འོང་། སྟོབས་དང་ལྡན་པ་ལ་ལུས་སྟོབས་སེམས་སྟོབས་གཉིས་གྱིས་ནད་མེད་  
 པ་སོགས་གྱིས་ཆོས་ལ་སྦྱར་བཟེད་པ་དང་། སེམས་སྟོབས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་  
 སེམས་ཉེན་དུ་གྱུར་པ་ལ་བྱ་སྟེ་འོན་ཀྱང་བྱབ་པ་ནི་མེད་གསུངས། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་  
 སྐྱོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་དེ་ནི་ཆོས་སྒྲིམ་པ་ལ་ཉེ་བར་མཁོ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་དལ་  
 འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་དང་། རྣམ་སྐྱོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་། མཐོ་རིས་ཀྱི་  
 ཡོན་ཏན་བདུན་དང་། འཁོར་ལོ་བཞི་སོགས་གསུངས་པ་ལ་སོ་སོར་དགོས་པ་ཡོད་  
 དེ། དལ་འབྱོར་གྱི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ནི་སྐྱེས་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་གྱིས་སྒྲིམ་པ་ལ་ཉེ་  
 བར་མཁོ་ཞིང་གལ་ཆེ། མཐོ་རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་ནི་ཐར་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གལ་ཆེ།  
 ཐེག་མཆོག་འཁོར་ལོ་བཞི་ནི་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་བསྐྱབ་པ་ལ་གལ་ཆེ། འཁོར་ལོ་  
 བཞིའི་ངོས་འཛིན་ནི་སྟོབ་དཔོན་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས། མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ན་གནས་  
 པ་དང་། ། སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་ལ་ནི་བསྟེན་པ་དང་། བདག་གི་ལེགས་སྟོན་སྟོན་ཡང་  
 བསོད་ནམས་གྱིས། འཁོར་ལོ་ཆེན་པོ་བཞི་ནི་བྱིད་ལ་མངའ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། རྣམ་སྐྱོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ནི་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་  
 གཉིས་ཀ་སྐྱབ་པ་ལ་དགོས་པར་མ་ཟད་དེ་ཡོད་ན་ས་སྟོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོང་། མཐོ་  
 རིས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་བདུན་གྱི་ནང་ནས། ཤེས་རབ་ནི་གོང་གི་སེམས་ཀྱི་སྟོབས་སུ་འདུ།  
 དེ་ནི་ངེས་པར་ཆོས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལ་བྱ། དེ་ཡང་ངེས་པར་དགོས་  
 ཏེ། མཛོད་ལས། ཆོས་རྣམས་རབ་ཏུ་རྣམ་འབྱེད་མེད་པར་ཉན་མངས་



རྣམས། ། གང་ཕྱིར་ཉེ་བར་ནི་བར་བྱ་བའི་ཐབས་མེད་ལ། ། ཞེས་གསུངས།  
 གཞན་རྣམས་རྣམ་སྤྲོད་གྱི་ཡོན་ཏན་གྱི་ཁོངས་སུ་འདུ་ཚུལ་གོ་སླ་ལ། ལྷགས་གཅིག་  
 ལ་དབང་ཕྱག་གི་ཚབ་ལ་སྐལ་བཟང་འདྲེན་པ་ཡང་ཡོད་པས་དེ་ནི་རྒྱུ་རྐྱེན་གྱི་སྐབས་ལྷ་རྒྱ་  
 ཡིན། འཁོར་ལོ་བཞིའི་དང་པོ་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་ནི། མདོ་སྡེ་  
 རྒྱན་ལས། སློ་ལྡན་གང་དུ་སྐྱབ་པའི་ཡུལ། ། ལེགས་པར་རྟེན་དང་གནས་བཟང་  
 དང་། ། ས་བཟང་བ་དང་གྲོགས་བཟང་དང་། ། རྣལ་འབྱོར་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་  
 ལྡན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་གནས་སུ་གནས་པ་སྟེ། ། དེའི་རྒྱ་ནི་ད་ལྟར་  
 ཉིད་རི་བྱོད་དུ་མི་འགོ་བར་དགོན་པར་སྤྲོད་པ་དེ་ཡིན། རྒྱུ་བྱ་དམ་པ་ལ་བསྟེན་པ་  
 ནི། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་མང་ཐོས་ལྡན། ། བདེན་མཐོང་  
 སྤྲུལ་ཁས་བཅེ་བ་ཅན། ། རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་བྱ་དམ་པ་སྟེ། ། ཆེན་པོ་ཞེས་ནི་བརྗོད་པ་  
 ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་དེ་རྒྱུ་བྱ་དམ་པ་དང་རྒྱུ་  
 བྱ་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བསྟེན་  
 པ་དང་། གྲོགས་ཀྱང་དེ་འདྲ་བ་བསྟེན་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱ་ནི་ཡེར་པའི་ཁང་བཙུན་  
 གྱིས་དགེ་བ་གང་མཛད་གྱི་མཁུག་དུ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བཤེས་གཉེན་གྱིས་རྗེས་སུ་  
 འཛིན་པའི་རྒྱར་བསྐྱོ་བའི་ཚུལ་སྤྲོད་ནས་ལྟས་པ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན། ལེགས་སྤྲོད་གྱི་  
 ཤེས་རབ་ནི་བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་ཁོན་ལ་ཡིད་གཏོད་པ་ཞིག་བྱང་ན་ལེགས་སྤྲོད་ཆང་  
 པ་ཡིན་ཏེ་འདིའི་ལེགས་སྤྲོད་ནི་རྒྱུ་བ་ཕྱི་མ་དང་ཐར་པ་དང་རྗོགས་པའི་བྱང་རྒྱབ་ལ་  
 སྤྲོད་པ་ཞིག་ལ་བྱེད་དགོས་པས། ལམ་རིམ་ཁོན་ལ་ཡིད་གཏོད་པ་ལ་དེ་ཐམས་ཅད་  
 ཆང་བ་ཡིན་པའི་གནད་གྱིས་གོང་མ་ཐམས་ཅད་གྱི་གསུང་རྒྱན་དུ་ཡང་དེ་ལྟར་  
 འབྱུང་། དེ་ཡང་ཆང་སྟེ་ཕྱི་མ་དང་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་གསུམ་གྱི་བདེ་  
 བའི་ཐབས་མ་ཞོར་བ་རྒྱུ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་རིམ་ལ་སྤྲོས་པས་སོ། རྒྱུ་བྱ་གསུམ་གྱི་  
 ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་ཡིད་གཏོད་པ་འདི་མ་ཆང་ན་ནི་གནས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་རི་



འདྲ་ཡོད་ཀྱང་ཕྱི་ནང་ཐུན་མོང་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་གཞན་ཇི་ཅམ་ཆང་ཡང་ཆང་སྟུག་  
 ཡིན་ལ། འདི་ཆང་ན་གནས་སྐབས་སྟེ་ཡོན་ཏན་གཞན་མ་ཆང་བ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་།  
 འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཡོན་ཏན་གཞན་ཡང་ཆང་བར་བྱེད་པ་ཞིག་ཡིང་། རྩོན་  
 བསགས་ཀྱི་བསོད་ནམས་དང་ལྡན་པ་ནི། མཐུན་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་སྐོག་ས་  
 གསུམ་པོ་དེ་ཡོད་ཀྱང་བསོད་ནམས་ཀྱི་བསགས་རྒྱབ་མེད་ན་ཆོས་ལ་བར་ཆད་བྱུང་  
 བས་དེའི་དབང་དུ་འགྲོ་བས་མགོ་འདྲེན་མེད་པའི་མི་དང་འདྲ། བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 བསགས་རྒྱབ་འདི་ཡོད་ན་ཆོས་ལ་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་། གལ་ཏེ་བྱུང་ཡང་མི་  
 རྟུགས་པ་མགོ་འདྲེན་བཟང་པོ་ཡོད་པ་དང་འདྲ་བ་ཡིང་སྟེ། དཔེར་ན་མགོ་འདྲེན་  
 བཟང་པོ་ཡོད་པ་དེ་ལ་གཞན་གྱིས་གཞོན་པ་སྦྱེལ་འདོད་ཀྱང་། ངས་ཁོ་ལྟ་སྟབས་སྟེ་  
 ཁོའི་མགོ་འདྲེན་འདི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་པས་དེ་ངས་མི་སྟབས་སྟུམ་ནས་གཞོན་པ་སྦྱེལ་མི་  
 རུས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིང་གསུངས། རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་སྐབས་སྟེ་བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་ལ་སྤང་  
 བྱ་རེ་ཡོད་པས། དང་པོ་ཆོ་རིང་བའི་རྒྱ་ནི་སེམས་ཅན་ལ་འཆོ་བ་དང་འཆོ་བའི་  
 བསམ་པ་སྤྱང་ཞིང་། གསོད་སར་རྒྱུད་པ་གཏོང་བ་སྐོག་ས་བསྐྱབ་པ་ཡིན། ཞར་ལ་  
 བད་མེད་པའི་རྒྱར་བད་པའི་གཡོག་བྱེད་པ་དང་། བད་པ་ལ་ཕན་པའི་བཟའ་  
 བུང་དང་སྦྲན་གྱི་རིགས་སྐོག་ས་སྟེར་བ་ཡིན། ཁ་དོག་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ཁོང་སྟོ་  
 སྤྱང་ཞིང་། རྟོར་བྱ་དང་གོས་གསར་པ་དང་རྒྱན་སྟེར་བ་སྐོག་ས་ཏེ། ཁོང་སྟོ་སྤངས་  
 པས་ཁ་དོག་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱར་འགྱུར་ཚུལ་ནི། འཇུག་པ་ལས། བསོད་པས་  
 མཛེས་ཤིང་སྦྱེ་བོ་དམ་པ་ལ། ། འཕངས་དང་ལྷགས་ལྷགས་མིན་ཤེས་པ་ལ། །  
 མཁས་པར་འགྱུར་ཞིང་དེ་ཡི་འོག་ཏུ་ནི། ། ལྟ་མིར་སྦྱེ་དང་སྟོག་པ་བཟད་པར་  
 འགྱུར། ། ཞེས་སྐོག་ས་བསོད་པའི་ཕན་ཡོན་གསུངས་པ་རྣམས་ཁོང་སྟོའི་ཉེས་  
 དམིགས་ལ་དེ་ལས་ལྷག་སྟེ་འོང་། རིགས་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་ནི་ང་རྒྱལ་སྤྱང་ཞིང་།  
 སྟུམ་སྐོག་ས་ལ་གྱུས་ཞབས་རྒྱར་ལེན་པ་སྐོག་ས་ཡིན། དབང་ཕྱག་ཕུན་ཆོགས་ཀྱི་རྒྱ་



ནི། སེར་སྒྲུབ་ཆོས་ཤོར་མི་སྟེར་དང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཆོས་དང་ཟང་  
 ཟུང་ལ་སེར་སྒྲུབ་ཕྱེད་པ་སྤྲོད་ཞིང་། དེ་དག་སྒྲིབ་པ་སྒྲུབ་ཡིན། ཆོག་བཅུན་པའི་རྒྱ་  
 བོ་དག་གི་མི་དགོ་བ་བཞི་སྤྲོད་ཞིང་། སྒྲིབ་པར་སྤྲོད་བ་དང་། དེ་ཡང་ཆོས་ཀྱི་ཆོག་  
 ཅམ་མ་ཡིན་པར་དོན་ཉམས་སྤྲུལ་པ་ལ་མཁོ་བའི་དོན་མཐུན་པ་དང་། གཞན་ལ་  
 བསྟན་པ་ལྟར་རང་གིས་ཀྱང་ཉམས་སྤྲུལ་པའི་དོན་སྤྲོད་པ་ནམས་ལ་སྤྲོད་པ་སྟེ།  
 འདིའི་སྒྲིབ་སྤྲོད་ཆོས་གཏམ་སྒྲིབ་པར་སྤྲོད་པ་ལ་བྱ། དབང་ཆེ་བར་བྱགས་པའི་རྒྱ་བོ་  
 གཞན་ལ་བསྟན་ཐབས་སྤྲོད་ཞིང་། རང་ལ་ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་ཆོགས་སྤྲོད་པ་དང་། ས་  
 མཐོན་པའི་ཡོན་ཏན་སྒྲིབ་པ་ལྟར་སྤྲོད་པ་ལྟར་ལ་ཡང་ཡིད་སྤྲོད་ནར་མར་  
 ཕྱེད་པ་སྒྲུབ་ཡིན། སྤྲོད་པར་སྤྲོད་པའི་རྒྱ་བོ། ཕོ་དབང་གཙོད་པ་ཐར་པར་ཕྱེད་པ་  
 དང་། བུད་མེད་ཀྱི་ལུས་ལ་ཆགས་སེམས་མི་ཕྱེད་པར་མ་ཟད་ཉེས་དམིགས་སྤྲུལ་བ་  
 དང་། སྤྲོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལ་དགའ་བར་ཕྱེད་པ་དང་། གཞན་ཡང་། ཡེ་ཤེས་སྤྲོད་  
 མའོད་ཀྱི་ཉོག་ ། དེ་བཞིན་སྤྲོད་པ་མ་སྤྲོད་ཀྱིས་དང་། ། དབང་ཕོ་ཞི་དང་འཇམ་  
 དབྱངས་ལ། ། བདག་ནི་གུས་པས་བྱག་འཆལ་ལོ། ། ཞེས་དེ་བཞིན་གསུངས་པ་དེ་  
 དག་གི་མཆོན་བརྗོད་ན། དེ་དག་གི་སྤྲོད་ཀྱི་བྱགས་བསྐྱེད་ཀྱི་དབང་གིས་སྤྲོད་པར་  
 སྤྲོད་པའི་རྒྱ་གུང་ཕོར་འགྲོ་བ་ཡིན། སྤྲོད་པ་དང་ལུན་པའི་རྒྱ་བོ་དེ་བཞིན་གསུངས་  
 པའི་གསང་བའི་མདོ་ལས། ལུས་སྤྲོད་པ་རྒྱས་པར་འདོད་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིང་  
 བསྐྱེད་པ་བྱགས་པའི་མཆོད་རྟེན་ལ་ཐལ་བའི་བྱགས་རིས་བཀྱིས་པར་བྱའོ། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཉེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་ནས་རས་ལྟེན་ཅམ་རིའི་  
 མགོ་ལ་འཇུགས་པ་འདི་ཐོན་པའི་ལུགས་ཡིན། རྒྱུད་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ཞེས་མིང་དུ་  
 བཏགས་པ་ལས་ལུས་སེམས་སྤྲོད་པ་རྒྱས་པ་རྒྱུད་ཏུ་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྒྱུར་  
 ཐལ་བའི་བྱགས་རིས་འབྱེད་པར་གསུངས་པ་ནི་ས་དཀར་གསོལ་བ་སྟེ། དོན་དུ་  
 མཆོད་རྟེན་དང་དགོ་འདུན་གྱི་གཙུག་ལག་ཁང་སྒྲུབ་པ་ས་དཀར་དང་ས་སེར་དང་



ས་དམར་སོགས་ལེགས་པར་གསོལ་དགོས་ཤིང་། དེ་བཞིན་དུ་སྒྲོ་ཡོལ་བཤམ་བྱ་  
 སོགས་ལེགས་པར་སྒྱུན་ན་དེའི་མགོ་ལ་རས་འཇུགས་པའི་དོ་ཟླ་མིན་པས་དེ་ཆོ་ལ་  
 འབད་པ་དང་། ཆོས་དང་མི་འགལ་བའི་ལས་གཞན་གྱིས་བྱེད་མི་རུས་པར་རང་གི་  
 རུས་པ་ཞིག་འདུག་ན་རང་གིས་བྱེད་པ་དང་། ཡང་རང་དང་གཞན་བསྒྲུབས་ནས་  
 རུས་པ་ཡོད་ན་དེའི་རོགས་བྱས་ནས་མཉམ་དུ་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན། མཐོ་རིས་གྱི་  
 ཡོན་ཏན་བདུན་གྱི་རྒྱ་ནི། གཞན་དེའི་ཁོངས་སུ་ཡོད་ཅིང་། དབང་ཕྱུག་གི་ཆབ་དུ་  
 སྐལ་བཟང་འདྲེན་པའི་དབང་དུ་བྱེད་ན། དེའི་རྒྱ་ནི་གོང་དུ་ཕྱག་དོག་མེད་པའི་  
 འབྲས་བྱ་ནི། སྐལ་བ་བཟང་པོར་རབ་དུ་བཤད། ། ཅས་གསུངས་པ་ལྟར་ཕྱག་  
 དོག་མེད་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རང་ལས་མཐོ་བ་ལ་ཕྱག་དོག་མཉམ་པ་ལ་འགྲན་སེམས།  
 དམའ་བ་ལ་བརྟམས་བཅོས་བྱེད་པ་ཐམས་ཅད་སྤང་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་བྱས་ན་སྐལ་  
 བཟང་ཡོང་བར་གསུངས་པའི་སྐལ་བཟང་ནི། ཆོས་འཇིག་རྟེན་གྱི་སྐལ་པ་མི་ཆད་  
 པར་ཐོབ་པ་སྟེ། སྤྲུལ་སོགས་གྱིས་བཀའ་ཆོས་གནང་བ་སོགས་གྱི་ཆོ་ཁོ་སྟེབ་དགོས་  
 གསུངས་ནས་སྐལ་བ་མི་ཆད་པར་མཇུག་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ན་ཡང་དེ་རིང་ངེད་  
 རང་ཆོ་མ་ཞིག་བསྐོས་ནས་སྦྱིད་པོ་བྱེད་དགོས་པར་འདུག་སྟེ་ཁོང་ཁོམ་པ་མི་འདུག་  
 པས་ཁོང་མེད་པར་ང་ཆོས་དེ་འདྲ་བྱས་ན་མི་ཡོང་བེར་ནས་སྐལ་བ་མི་གཅོད་པ་དང་།  
 འགའ་ཞིག་ལ་ཉིས་སྐལ་སུམ་སྐལ་སོགས་ཡོང་བ་ལ་བྱེད་ཅིང་དེ་ནི་སྦྱོབ་བ་ལྟ་མ་རྣམས་  
 སུ་གཞན་ལ་ཕྱག་དོག་མ་བྱས་པའི་འབྲས་བྱ་ཡིན། འཁོར་ལོ་བཞིའི་རྒྱ་ནི། རབ་དུ་  
 བྱང་བའི་ཁྲིད་དུ་སྤྲོད་པ་དང་། གཞན་ལ་གནས་ཆང་དང་ཐབ་ཆས་སོགས་གཡར་  
 པོ་གཏོང་བ་སོགས་དང་པོའི་རྒྱ་དང་། རང་གི་སྤྲུལ་ལ་བསྟེན་ཚུལ་མ་ལོག་པའི་རྣམ་  
 དག་བྱེད་པར་མ་ཟད། རང་གིས་ཆོས་མ་ཁྱུས་ཀྱང་སྤྲུལ་མར་བསྟེན་རུང་བའི་ཡོན་  
 ཏན་དང་ལྡན་པའི་སྤྲུལ་མར་འོས་པ་རྣམས་ལ་ཡང་བསྟེན་ཚུལ་རྣམ་དག་བྱེད་པ་སོགས་  
 གཉིས་པའི་རྒྱ་དང་། རང་ཉིད་ཀྱང་ལམ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་ཐོས་བསམ་སྒྲུབ་



གསུམ་གྱིས་ཅི་རུས་སུ་འབྲུག་ཅིང་། གཞན་ལ་ཡང་འཆད་ཚིང་ཚིམ་གསུམ་གྱིས་ཅི་  
 རུས་སུ་སྤེལ་བ་སོགས་གསུམ་པའི་རྒྱ་དང་། འགྲོ་འདུག་སྤྱོད་ལམ་ཐམས་ཅད་དུ་  
 བདག་གི་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་གཉིས་རྒྱས་པ་ཞིག་བྱང་ན་ཅི་མ་རུང་  
 སྟམ་པ་ཁོ་ན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་བཞི་པའི་རྒྱ་ཡིན་ཞིང་། རྒྱ་བཞི་པོ་དེ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 འགོར་དེའི་རྒྱར་འདི་བྱ་སྟམ་པའི་འདུན་པ་རེ་དང་། མཐུག་དུ་དེར་སློན་པའི་སློན་  
 པ་རེ་ངེས་པར་དགོས་པ་ཡིན། འོ་ན་འདིར་ལམ་མཆོག་སྐྱབ་པའི་རྟེན་ལ་རིགས་  
 བཟང་བ་སོགས་དགོས་པར་གསུངས་ན། སྤགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རིགས་ངན་སོགས་  
 གྱིས་ཀྱང་ལམ་འགྲུབ་པར་གསུངས་པ་གང་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་ནི་སྤགས་ཀྱི་གདུལ་བྱ་  
 དབང་རྟོན་འགོ་སློས་པས་གོ་བའི་ཤེས་རབ་སོགས་ཡོན་ཏན་ཁྱད་པར་ཅན་དུ་མ་དང་  
 ལུན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རིགས་ངན་སོགས་ཀྱང་སྤྱོན་མེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་པས་རང་  
 ཅག་ལ་ནི་དེ་འདྲའི་ཡོན་ཏན་མེད་པས་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོའི་འདི་རང་  
 ཡོང་བའི་ཐབས་ལ་འབད་དགོས། དེ་ཡང་ཆེ་ཕྱི་མ་ཞིག་མེད་པར་ངེས་ན་དེས་  
 འགྲིག་ ཡོད་དམ་མེད་སྟམ་པའི་ཐེ་ཆོམ་ཅམ་ཡོད་ན་ཡང་རྒྱ་འདི་དག་ལ་བསྐྱབ་  
 དགོས་ཏེ། འཇིག་རྟེན་ཡ་རོལ་ཐེ་ཆོམ་ཡང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟ་  
 བུའི་རྒྱ་དེ་ཡང་རྒྱ་གསུམ་དང་ལུན་ན་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ལུལ་དུ་བྱེན་པར་འགྱུར་བའི་  
 རྒྱ་གསུམ་ནི། བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ། སྦྱོར་བ་རྣམ་པར་དག་པ། ཞིང་རྣམ་  
 པར་དག་པ་སྟེ་བསམ་སྦྱོར་གཉིས་རྣམ་པར་དག་པ་དེ་ཁ་ཞིང་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་  
 པས་ལོགས་སུ་མེད། དེ་ལྟར་ན་སྤར་ཁུས་པའི་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་བརྒྱད་པོ་ལ་འབད་  
 རེས་གྱིས་བསམ་སྦྱོར་རྣམ་པར་དག་པར་བྱ་དགོས། དེའི་བསམ་སྦྱོར་དག་པ་ལ་  
 རང་ལ་སྟོས་པ་དང་། གཞན་ལ་སྟོས་པ་གཉིས་གསུང་པའི་དོན་ནི་རང་གིས་བྱེད་པ་  
 ལ་རང་ལ་སྟོས་པ་དང་། གཞན་གྱིས་བྱས་པ་ལ་གཞན་ལ་སྟོས་པར་བཤད་དེ། དང་  
 པོ་བསམ་པ་རྣམ་པར་དག་པ་རང་ལ་སྟོས་པ་གཉིས་ནི། རྒྱ་དགེ་བ་དེ་དག་རང་གིས་



ཞི་ཐག་པ་ནས་བྱེད་པ་དང་། དེ་མ་ཐག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཏུ་བསྐྱོད་པ་གཉིས་ཡིན།  
 གཞན་ལ་སྟོས་པ་གཉིས་ནི། གཞན་དགེ་བ་བྱེད་པ་མཐོང་བའི་ཆེ་ཕྱག་དོག་དང་  
 འགྲན་སེམས་དང་བརྟན་ཐབས་མི་བགྱིད་པར་རྗེས་སུ་ཡི་རང་བྱེད་པ་དང་རང་གིས་  
 གྲུང་དེ་ལྟ་བུ་བྱེད་རྒྱ་བྱང་ན་སྟམ་པའི་ཡིད་སྟོན་ནར་མར་བྱེད་པ་གཉིས་ཡིན། སྦྱར་  
 བ་རྣམ་པར་དག་པ་ལ་རང་ལ་སྟོས་པ་ནི། རྒྱ་དགེ་བ་དེ་དག་དུས་རིང་བ་ཆེ་འབྱོལ་  
 འབྱོལ་བྱེད་པ་དང་། དད་པ་ལ་མ་དད་པས་བར་མ་ཆད་པ་སོགས་དགེ་བ་དེ་དང་  
 དེའི་ཕྱོག་སྟོགས་ཀྱི་ཉེས་པས་བར་མ་ཆད་པར་བྱེད་པ་དང་། བསམ་སྦྱར་ཤུགས་  
 དྲག་པོའི་སྟོན་པ་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན། གཞན་ལ་སྟོས་པ་ནི། བྱིས་པ་ལྟ་བུ་སྟོམ་པ་  
 སྤངས་པ་ལ་སྟོམ་པ་ཡང་དག་པར་ལེན་དུ་འཇུག་པ་དང་། སྤངས་པ་རྣམས་ལ་དེའི་  
 བསྟོད་བསྐྱེད་སྟོན་བརྗོད་ནས་དགའ་བ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་སོགས་ཡིན། ཞིང་རྣམ་  
 པར་དག་པ་ནི་བསམ་སྦྱར་དེ་གཉིས་ཡིན་པར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུང་། བསམས་  
 བསམ་འཇུག་ཕྱོག་བྱ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ། སྦྱར་བསྟན་པ་དང་། བྱང་པར་སྟོབས་  
 བཞིས་སྤྱང་བ་གཉིས་གསུངས་པའི་དང་པོ་ནི། དགེ་བ་ལ་སྐྱབ་འདུན་དང་སྤྲིག་པ་  
 ལ་སྤྱང་འདུན་གཉིས་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་ཚུལ་སྟོན་འགྲོའི་ཆོས་བཤད་སོགས་ཀྱི་  
 སྐབས་ཡང་ཡང་ཁྱས་པ་ལྟར་ཡིན། རྒྱ་མཆོས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། དགེ་བའི་ཆོས་  
 རྣམས་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་སྟེ་ཞེས་པ་ནི་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་སྟེ། དེ་ཡང་མི་དགེ་  
 བ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པ་མིན་པར་དགེ་བ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་དགོས། དེ་ཡང་ལས་འདི་ལས་  
 འབྲས་བུ་འདི་འབྲུང་གི་ཚུལ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་དགོས་པའི་དོན་ཡིན། སྟོན་པ་རིན་པོ་  
 ཆེས། ལས་འབྲུ་སྟོན་གྱི་རྒྱབ་འདུ་བ་ཞེས་གསུངས་པ་ངེས་པར་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱུང་དགོས་  
 པའི་དོན་ཡིན། དེར་མ་ཟད་ད་ལྟ་བུའི་འགྲོ་མདུན་དང་ངན་སྤང་རྒྱབ་ཏུ་ཡོད་ཀྱང་  
 སྤྲོད་མཁོ་གས་པོ་རང་ངན་སྤང་མདུན་དུ། བདེ་འགྲོ་རྒྱབ་ལ་འཁོར་ནས་འགྲོ་བའི་  
 དོན་ཡང་ཡིན། ཡང་རྟོན་འབྲེལ་ལ་ངེས་པ་མ་རྟོན་པར་སྟོང་པ་ལ་ངེས་པ་རྟོན་པ་



སྐད་བྱ་ནས་ཐ་སྐད་བཤེག་མི་རུང་སྟེ་སྐད་སྐད་པ་ཞིག་ལ་འབྲོམ་སྟོན་པས་བྱིད་ཅག་  
 སྐད་པ་ཉིད་ཡིན་བྱས་ནས་མེ་ལ་ལག་པ་ཚུག་དང་གསུང་པ་ལྟར། ཐ་སྐད་དང་  
 བསྐྱུན་པའི་ཁྱེན་བསྐྱུང་བ་ཡང་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་པས་དེའི་ཕྱིར་ཉིན་རེ་བཞིན་  
 བཤགས་སྟོམ་བྱས་ན་ཤེས་རབ་འཕེལ་བའི་ཐབས་དྲག་ཤོས་ཀྱང་དེ་ཡིན། དེ་ལ་  
 སྟོབས་བཞི་ཚང་དགོས་པས། སྟོབས་བཞི་ནི། ཉིན་གྱི་སྟོབས། གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་  
 སྦྱོད་པའི་སྟོབས། རྣམ་པར་སྦྱོར་འབྱེན་པའི་སྟོབས། ཉེས་པ་ལས་སྦྱར་སྟོན་པའི་  
 སྟོབས་རྣམས་ཏེ། དེ་དག་ཚང་ན་པམ་པ་ཡང་དག་ངེས་པ་ཡིན་ཏེ། སྟོན་རྣམས་ཀྱི་  
 ཉེས་པ་ལ་པམ་པ་བྱུང་བ་ན་དགེ་འདུན་གྱིས་གནས་ནས་འབྱུང་། ཁོས་དབེན་པ་  
 ཞིག་ཏུ་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྟོམ་ལ་འབད་པར་བྱས་པས་པམ་པ་དག་ནས་རྩ་  
 འཕྱུལ་སོགས་ཐོབ། སྐབས་ཤིག་གཞན་གྱི་དགེ་འདུན་འགའ་ཞིག་དང་མཉམ་ཏུ་  
 བྱུང་བ་ན། དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་ཁོ་པམ་པས་ཉམས་པ་ཡིན་པས་གྱུར་མཉམ་ཏུ་  
 མི་འཇུག་གསུངས་ཏེ་བཀག། དེར་ཁོས་གྱུ་མེད་ཀྱང་རྩ་འཕྱུལ་གྱིས་རྩ་བོའི་པ་རོལ་  
 ཏུ་བདེ་བར་བྱིན་པས་དགེ་འདུན་རྣམས་ཀྱིས་བཟོད་གསོལ་བྱས་པ་ཡིན་གསུངས།  
 ཡང་འབྲོམ་སྟོན་པས། སྟོན་པ་དང་སྦྱིབ་པ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་བདེན་བདེན་ཉག་ཉག་  
 ཏུ་གྱུབ་པ་མེད་པས་བཤགས་པས་མི་འདག་པ་མེད། དེའི་རྒྱ་མཚན་སྦྱོད་པར་བྱེད་  
 པ་ཡང་རང་ཡིན། འཛོམས་པར་བྱེད་པ་ཡང་རང་ཡིན། དཔེར་ན་རྩ་མཁན་གྱིས་  
 འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་ནས་རྩ་མང་པོ་བཟོས་ཏེ་ཁོང་ཁྱོད་ལངས་པའི་སྐབས་རྩ་ཚོད་གཅིག་ལ་  
 མེད་པ་བཟོས་ཡོང་། དཔེ་དེ་དང་འདྲ་གསུངས། ཡང་ལས་འབྲས་འདི་ལ་མ་  
 བསམས་ན་ཆོས་གཞན་ངེ་ལྟར་བྱེད་བེར་ཀྱང་ཆོས་དང་རྒྱབ་འགལ་ཏུ་སོང་ནས་རོ་  
 རྩར་བ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཏུ་འགྱོ་བས་ལས་འབྲས་བསམས་ནས་བཤགས་པ་བྱེད་  
 དགོས། དེའི་རྒྱལ་ཡང་རྒྱ་གར་བ་རྣམས་གཙོ་བོར་གསེར་འོད་དམ་པའི་བཤགས་པ་  
 མདོ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱེད། རོ་བོ་ཡབ་སྐུས་དང་། རྩ་རིན་པོ་ཆེ་ཡབ་སྐུས་གྱི་



ཕྱག་ལེན་དུ་ལྷུང་བ་བཤགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཙོ་བོར་བྱེད། རྣལ་འབྱོར་བ་  
 དགོན་པ་གོང་འོག་གཉིས་ཀྱི་ཕྱག་སྔོན་ལ་གཙུག་ཏྱར་དྲི་མེད་ཀྱི་གཟུངས་ལ་བརྟེན་  
 རས་མཛད། སྤྱན་པ་ཡབ་སྤྱན་ཀྱི་ཕྱག་སྔོན་དུ་ངན་སྤངས་སྤྱིང་རྒྱུད་ལ་བརྟེན་ནས་  
 མཛད་པ་དང་བཅས་ཡོད་པ་ལས། རང་རེས་ནི་གཙོ་བོར་ལྷུང་བཤགས་ལ་བརྟེན་  
 རས་བྱེད་དགོས་ཤིང་། གཞན་ཡང་སྟོབས་བཞི་ཚང་ན་གང་བྱས་ཀྱང་ཚོག་ལ།  
 སྤྱིག་པ་ཞེས་པ་ཡང་རང་ལ་གཞོན་པར་བྱེད་པའི་དོན་ཡིན་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་ཉིན་ལྔ་པ།

སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་པོ་ལྷ་སྐྱབ་ཀྱིས་བཤེས་སྤྱངས་ལས། རྒྱ་མཚོ་ཆེན་གཡངས་  
གཉའ་ཤིང་བྱ་ག་དང་། ། རུས་སྤལ་ཕྱད་པ་བས་ཀྱང་དུད་འགོ་ལས། ། མི་ཉིད་  
ཆེས་ཐོབ་དཀའ་བས་མི་དབང་གིས། ། དམ་ཚཱ་སྤྱད་པས་དེ་འབྲས་མཆིས་པར་  
མཛོད། ། ཅེས་པའི་ལུང་འདྲིན་དང་འབྲེལ་བའི་སྔོན་འགྲའི་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་།  
རྣམ་འབྲེལ་ལས། རྒྱ་ཚོགས་པ་ལས་འབྲས་སྤྱེ་བར། ། རྗེས་སྤྱད་པོག་པ་གང་ཡིན་  
པ། ། དོན་གཞན་ལ་ནི་མི་སྟོས་སྤྱིར། ། དེ་ནི་རང་བཞིན་ཡིན་པར་བཛོད། །  
ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འབྲས་མི་བསྐྱབ་པའི་ཚུལ་ལ་ངེས་པ་རྟེན་པར་བྱེད་དགོས།  
དེའི་ཚུལ་ཁ་སང་ནས་ཁྱས་པ་ལྟར་ཡིན། དེའི་སྤྱང་བར་མ་ངེས་པ་ཡང་རྒྱུན་དང་མ་  
འཕྲད་ན་མི་སྤྱིན་པས་སྤྱང་ངེས་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བ་མ་གཏོགས་རྒྱུན་དང་ཕྱད་ན་  
འབྲས་བྱ་སྤྱིན་པ་ཡང་ཡོད་པས་ངེས་པ་མེད། སྤྱང་ངེས་ནི་ངེས་པར་གཉིན་པོ་དང་  
མ་ཕྱད་ན་རྒྱུན་དང་མི་འཕྲད་པ་མི་སྤྱིད་པས་སྤྱང་ངེས་ཡིན་པར་བཤད་པ་ཡིན།  
ཡང་མཐོང་ཆོས་སྤྱང་འགྱུར་གྱི་དཔེ་ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར་ཡིན་ཞིང་། རྗེས་ནས་སྤྱང་  
འགྱུར་ནི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བོ་སྤྱིས་གྱི་ལོ་རྒྱས་སྔོན་ནས་ཁྱས་ཟིན་པ་ལྟར་དང་། ལན་གངས་  
གཞན་ལ་སྤྱང་འགྱུར་ནི་མོ་ལྷ་འགལ་གྱི་བྱས་སྤྱོད་ཆོས་མ་ཞིག་ཏུ་རང་གི་མ་ལ་འདིའི་  
རྒྱང་ལག་འདམ་བྱ་ལྟར་རྗེས་པར་བྱེད་པ་འགའ་མེད་དམ་ཞེས་སྤྱས་པའི་ལས་ལྟ་བུ་  
ཡིན། ཡང་ལས་གཅིག་གིས་ལུས་དུ་མ་འཕེན་པ་ནི། དཔེར་ན་རང་རེས་བསམ་པ་  
རྣམ་པར་དག་པས་ཐུག་གཅིག་བཅའ་བ་དེ་ཡིན་ཏེ། དེས་འཁོར་བསྐྱར་དུ་མའི་སྤྱི་  
བ་འཕེན་པའི་སྤྱིར། འོ་ན་སྤྱིས་ནས་སྤྱང་འགྱུར་དང་ལན་གངས་གཞན་ལ་སྤྱང་  
འགྱུར་གྱི་དོན་གང་ཡིན་སྟུམ་ན། རང་གི་སྤྱི་བ་འདིའི་རྗེས་མ་དེ་ཁ་འཕེན་པར་བྱེད་



པའི་ལས་དེ་སྦྱོར་ནས་མྱོང་འགྱུར་གྱི་ལས་ཡིན། ལན་གྲངས་གཞན་ལ་མྱོང་འགྱུར་  
 ལ་ལས་གསེག་པའི་ཆེ་དང་འབྲས་བུ་མྱོང་བའི་ཆེའི་བར་དུ་སྦྱོབ་གཞན་གྱིས་ཆོད་  
 བས་ཆེ་ཕྱི་མ་དེའི་ཡང་འོག་རྩལ་གཞན་ཞིག་དུ་འབྲས་བུ་སྦྱོར་པར་བྱེད་པ་ཞིག་  
 དགོས། འོ་ན་སྦྱོར་ནས་མྱོང་འགྱུར་གྱི་ལས་ལ་ཡང་ལྷན་དུ་མ་འཕེན་པའི་ལས་ཡོད་  
 དགོས་ལ། དེ་ལྟར་ན་དེའི་སྦྱོབ་གཞིས་པ་དང་རང་གི་བར་དུ་སྦྱོབ་དང་པོས་ཆོད་  
 པས་དེ་སྦྱོར་ནས་མྱོང་འགྱུར་གྱི་འབྲས་བུར་འགྱུར་བ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན། འདིའི་ཆེ་  
 གཞན་གྱིས་ཆོད་མ་ཆོད་ཅི་བའི་ཆེ་དེ་ནི་སྦྱོབ་གཞིས་ཅིས་གཞིས་ཅིས་ཀྱི་ཆེ་དེ་མ་ཡིན་  
 གྱི། འོ་ན་གང་ཡིན་ན་ལས་གཅིག་པོ་དེས་ལྷན་སྟོང་ལ་སྒྲིག་སྒྲུབ་པ་ཇི་ཅམ་འཕངས་  
 གྱུར་། དེ་དག་གི་བར་དུ་ལས་གཞན་གྱིས་འབྲས་བུར་འགྱུར་བའི་སྦྱོབ་གཞན་གྱིས་  
 བར་ཆོད་པ་ལ་བྱ་དགོས་པས་དོན་དུ་ལས་ཆར་མི་གཅིག་པ་གཞན་གྱི་འབྲས་བུར་  
 གྱུར་བའི་སྦྱོབ་སྒྲིག་བར་མ་ཆོད་པ་ལ་བྱ་གསུངས། ཡང་ཆེ་འདིའི་བདེ་སྦྱོང་སྟན་  
 གསུམ་ཐ་ན་ཟས་ཞིམ་པ་ཁམ་གང་མྱོང་བ་རྒྱུ་ཆོད་སྟེ་མའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དེའི་  
 རྒྱུ་མཚན་དེ་ཐམས་ཅད་ལས་བཟང་པོའི་འབྲས་བུ་ཡིན་ཞིང་། ལས་བཟང་པོ་  
 གསེག་པ་ཆོས་ཀྱི་དྲིན་ཡིན། ཆོས་ཡོང་བ་ཡང་སྟེ་མ་ལ་བསྟེན་དགོས་པར་དོན་དུ་སྟེ་  
 མ་ཁོ་ནའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དེ་ཡང་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་བཀའ་དྲིན་ཡིན་པར་མ་གོ་  
 བ། ཁ་ནས་ཇི་ཅམ་ལ་བྱུང་འདྲ། སྟེ་མའི་དྲིན་ཡིན་པར་མ་གོ་བའི་ཉགས་ཡང་  
 དག་ཡིན། དེ་ཡང་པོ་ཉི་བས། ཆང་སྒྲུ་ཡུལ་འབྱུང་བུ་ལོན་རྟོག་ ཅེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན་གསུངས་ནས་ལྟར་རྒྱུ་མ་གཞིས་ཀྱིས་གཅིག་གི་མཛོད་ལྷག་པས་ཆང་གི་རྩ་  
 མ་གཅིག་དང་འབྲད་པ་ན། ཆང་བཅགས་ན་མིས་ཤེས་དོགས་ནས་ཁ་ནས་བཅུས་  
 ཉི་འབྱུངས་པས་ར་བཟེ་སྟེ། གཅིག་གིས་སྒྲུ་འཕེན་རྒྱུ་ཡིན་ཟེར་བ་ལ་གཅིག་པོ་དེས་  
 འདི་ཅི་ཟེར་མིས་ཤེས་ན་ང་རང་གཞིས་ཀ་བསད་ཡོང་བུས་གྱུང་མ་ཉན་པར། ཆང་  
 ཁ་ནས་བཅགས་པས་འདི་འདྲ་ན། ། ཞབས་ནས་བཅགས་ན་ཇི་ལྟར་མཆོ། ། ཞེས་



སྤྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་པས་བདག་པོས་ཤེས་ཀྱང་མ་བཟོགས་པར་ཆང་མཉམ་དུ་འབྱུང་བ་རེད།  
 འོ་ཅག་ལེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཀྱི་དྲིན་དུ་མ་གོ་བའི་སྐྱོན་གྱིས་སྒྲོབ་གཉེར་བས་  
 སྒྲོབ་གཉེར་འཛིན་པ་དང་། ཁ་འདོན་བྱེད་མཁན་གྱིས་ཁ་འདོན་འཛིན་པ་སོགས་  
 བྱང་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན། ཆོས་པའི་གཟུགས་བརྟན་བདག་ལ་ཐུགས་རྟེན་  
 གཟིགས་བྱས་མ་བྱས་མེད། བདག་གི་ཁ་ཆོས་ཅམ་བྱས་པ་ལའང་བདེ་སྦྱིད་སྟོན་  
 གསུམ་འདི་འདྲ་ན། ཆོས་རྣམ་དག་ཞིག་བྱས་ན་ཅི་འདྲ་འོང་། དེ་འདྲ་ཞིག་དགོས་  
 པ་ཡང་ཡིན། སྦྱོས་ནས་ཐོབ་འགྱུར་དང་། ལན་གྲངས་གཞན་ལ་ཐོབ་འགྱུར་  
 གཉིས་བསམས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། ད་ལྟ་ཆོས་བྱེད་འགའ་ཞིག་ལ་ཁོང་ལ་དེ་  
 འདྲ་རང་མི་ཡོང་སྟམ་པའི་ལུས་ལ་ན་ཆ་དྲག་པོ་དང་། འོངས་སྦྱིད་ཀྱིས་ཕོངས་པར་  
 འགྱུར་བ་སོགས་དང་། ཐེག་པ་ཁོ་ན་བྱེད་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ནད་མེད་པ་དང་།  
 འོངས་སྦྱིད་རྒྱས་པ་སོགས་འགའ་ཞིག་མཐོང་བའི་ཆེ་ལས་འབྲས་འདི་དང་འདི་འདྲ་  
 འདྲག་སྟམ་པའི་རྟོག་པ་ངན་པ་སྦྱེ་ཁིང་བྱད་པར་རང་གིས་ཆོས་རུང་ཟད་བྱས་ཀྱང་  
 ཡོང་རྒྱ་ངན་པ་མང་པོ་བྱུང་བ་ན་རྟོག་པ་དེ་འདྲ་སྦྱེ་བས་དེའི་ཆེའི་ད་བཟླ་འདི་ལྟར་  
 ཡོང་བ་ནི་སྦྱེ་བ་སྤྲོ་མ་ཞིག་གི་ལས་ཀྱི་འབྲས་བྱ་ཡིན། ད་རེས་ངས་ཆོས་བྱས་པའི་  
 འབྲས་བྱ་སྦྱེ་བ་བྱི་མ་ལ་ཡང་ཐག་ཆོད་ཡིན་སྟམ་པའི་ངས་ཤེས་སྦྱེ་བའི་བྱིར་དུ་ཡིན།  
 ཡུལ་འབྱུང་བྱ་ལོན་རྟོག་ཅེས་པ་དཔེར་ན་བྱ་ལོན་མང་པོ་ཡོད་པའི་མི་གཅིག་ ཁས་  
 བཅན་པོ་གཅིག་གི་སར་ཡུལ་ཐུང་ནས་འགོ་ན། རྗེས་ལ་ཁོའི་བྱ་ལོན་མི་ཁྲགས་པས་  
 ད་ལྟ་ཅི་ཁྲག་ལེན་ཅིང་། ཐ་ན་གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་རོག་གྱིས་དང་ཟེར་ནས་སྟེགས་པ་  
 ལྟར། ད་ལྟ་ཆོས་རུང་ཟད་བྱས་པས་མི་བདེ་བ་དང་སྤྱག་བསྐལ་ཆེར་འགོ་བ་འདི་  
 ངན་སོང་ཐོབ་འགྱུར་གྱི་ལས་ཟད་ནས་བྱི་མ་ངན་སོང་དུ་འགོ་མི་འདོད་པའི་ཉམས་  
 ཡིན་པས་འདི་ནི་མི་ལེགས་པ་མ་ཡིན་གྱི་ཤིན་ཏུ་ལེགས་པ་ཡིན་སྟམ་དུ་བསམས་  
 དགོས། བདག་ཅག་གི་སྦྱབས་མགོན་ཁྱི་ཆེན་རྡོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་དེས་ཀྱང་སྦྱ་ཆེའི་



སྤྱད་ལ་མི་ཆོར་བཟང་སྤྱད་འདོན་དགོས་པར་གསུངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཟང་སྤྱད་  
གངས་གསོག་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་འབུལ་བ་ཡང་འགའ་ཞིག་བྱང་བས། དེ་ཆོ་བྱེད་  
རང་སྤྱོད་ཆེ་འདི་ལ་སྤྱོད་བཞེད་པོ་ཡོང་གསུང་གི་ཡོད་པ་ལྟར། བཟང་སྤྱད་འདོན་  
མཁན་ཆུང་མས་ཀྱིས་སྤྱོད་མའི་རྒྱུ་འབྲས་སྤྱོད་ཆེ་བྱེད་མའི་དོན་ལ་དམིགས་ནས་བཟང་  
སྤྱད་བརྟེན་པས་འབུལ་ཐེར་སོང་བ་དང་ནད་དྲག་པོ་ཞིག་གིས་ཟེན་ནས་ཤི་འགྲོ་ཡིན་  
སྤང་བ་ཡང་ཡག་ཏུགས་ཤིག་རེད་གསུང་། ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྐབས་འདིར།  
ཀུན་ལས་བདུས་ལས། རྒྱུ་ལས་པ་ནི་གཉིས་ཏེ། འབྲས་བུ་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་པ་ལ་  
རྒྱུ་ལས་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱུ་ལས་པའོ། འབྲས་བུ་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་པ་ལ་རྒྱུ་ལས་  
པས་ནི་མི་དགེ་བའི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དོ། དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱུ་ལས་པས་ནི་  
བསོད་ནམས་དང་མི་གཡོ་བའི་ལས་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
རྒྱུ་ལས་པ་ལ་སྤྱོད་ལས་འབྲས་ལ་རྒྱུ་ལས་པ་དང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་རྒྱུ་ལས་པ་གཉིས་ཡོད་  
ཀྱང་། རེ་ཤིག་ལས་འབྲས་ལ་རྒྱུ་ལས་པའི་མ་རིག་པ་འདི་ལ་མགོ་ལྷག་གཏོང་གང་  
ཐུབ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་ཆུབ་ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྤྱང་དོར་ཤེས་པའི་ཤེས་  
རབ་ཞིག་གིས་སྤྱང་དོར་གྱི་ཆ་ལེགས་པར་བྱེད་ཏེ་བག་ཡོད་ཀྱི་ངང་ལས་མ་འདས་  
བཞིན་གྱི་སྤྱོད་ནས་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། ཀུན་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས་གཉིས་རྒྱུ་དང་  
མི། དེ་ཡི་དུས་ཀྱི་སྤྱོད་ཞེས་བྱ། ཞེས་གསུངས་པའི་རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་ནི་དེ་ཁོ་ན་  
ཉིད་ལ་རྒྱུ་ལས་པའི་མ་རིག་པ་ཡིན། དུས་ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་ནི་ལས་འབྲས་ལ་རྒྱུ་ལས་པའི་  
མ་རིག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེད་རེས་ཡར་འགྲོ་མར་འགྲོ་འི་ས་མཆམས་འཛིན་  
དགོས་ལ། ལས་འབྲས་ལ་རྒྱུ་ལས་པ་འདིས་ངན་སོང་དུ་བསྐྱར་བར་བྱེད་པས་འདི་  
ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་གཉེན་པོ་རེ་བཞེན་དགོས། འདི་དང་མི་ཤེས་པ་ལྟར་བ་འབྲུང་བའི་  
སྤྱོད་གཉིས་གཅིག་པ་ཡིན། རྒྱུ་ལས་སྤྱོད་ལས་གསོག་པའི་དུས་ན་ཡོད་ཅིང་། དུས་  
ཀྱི་ཀུན་སྤྱོད་འདི་ལས་དང་མཚུངས་ལུན་གྱི་མ་རིག་པ་ཡིན། མ་རིག་པ་དེ་བསལ་



བས་ལས་འབྲས་ལ་མ་ཚོངས་པ་ཞིག་འོང་། དེ་བས་ལ་པའི་ཐབས་ཀྱང་བསྐབ་པ་  
 བསྐྱང་པའི་ངང་ནས་སྡེ་སྡོད་ལ་ཐོས་བསམ་ལ་བརྩོན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཡང་  
 བྱ་རྒྱ་མེད་ཅིང་། དེ་ཡང་ཕྱི་མ་རྟེན་བཟང་ཞིག་ཐོབ་པའི་དོན་དུ་བྱེད་དགོས་  
 གསུངས། ཡང་རང་རེ་ད་ལྟ་ནས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ཆོས་དང་མི་འགལ་བ་ཞིག་  
 རང་ཨོ་ཡོང་ལྟ་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ཀྱང་རང་དབང་མ་འདུས་པར་ཅུང་ཟད་  
 འགལ་སྐབས་བྱུང་ན་དེ་ནི་རང་འགར་གཞོག་པའི་དུས་མེན་གྱི་སྟོབས་བཞི་ཆང་བའི་  
 བཤགས་སྡོམ་གྱིས་དག་པར་བྱེད་དགོས་པའི་དུས་ཡིན་པ་ཁ་སང་རྩ་མཁན་གྱི་དཔེ་  
 དང་བཅས་འབྲོམ་སྟོན་པའི་གསུང་བསྐྱར་བ་ལྟར་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཕྱིན་  
 ཆད་སྡོམ་པ་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་མི་ཡོང་སྟེ། འབྲོམ་སྟོན་པ་ལ་སྡིག་པ་འདག་  
 པའི་མན་ངག་གནང་དགོས་ཞུས་པའི་ཆོ། ཕྱིན་ཆད་སྡོམ་པ་མན་ངག་ཡིན་གསུང་  
 པར་མཛད་པ་ཡིན། སམ་པ་བྱུང་ན་ནི་ངེས་པར་མི་ནག་གི་ཁྲོད་དུ་སྡོད་པ་མ་  
 གཏོགས་ཟུ་པའི་དཀྱིལ་ལ་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྡོད་མི་ཉན། འོན་ཀྱང་མི་ནག་  
 དེས་བཤགས་པ་ནི་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་ཤིང་བྱེད་རྒྱ་ཡང་ཡོད། དེ་ལ་ཡང་ནམ་  
 སྡིན་ཚུང་མི་དགོས་པར་དག་པ་དང་ནམ་སྡིན་རྒྱན་བྱང་དུ་ཅམ་ཚུང་བས་དག་པ་  
 སོགས་སྡེ་ཆོགས་ཡོད་གསུངས་ནས། རྒྱན་བྱང་དུ་ལས་ཚུང་མི་དགོས་པའི་དཔེ་ནི།  
 རྒྱ་གར་གྱི་གནས་བརྟན་ཞིག་ལ་སམ་པ་བྱུང་བ་ན། དེས་འོགས་ཤིག་དུ་སློབ་མ་མང་  
 པོར་ཆོས་བཤད་པས་དེའི་ཁྲོད་ནས་དག་བཅོམ་ཐོབ་པ་ཡང་འགའ་ཞིག་བྱུང་།  
 མཐར་གནས་བརྟན་དེ་ཤི་ནས་དམུལ་བར་སྦྱེས། སློབ་མ་དག་བཅོམ་ནམས་ཀྱིས་  
 སློབ་དཔོན་གང་དུ་སྦྱེས་ཡོད་སྟམ་སྟེ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ལྟ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་དུ་བཅུལ་  
 ཀྱང་མ་རྟོད། དེའི་བར་ལ་གནས་བརྟན་དེ་ཆོས་བཤད་ཡག་པོ་བྱས་པའི་མཐུས་  
 དམུལ་བ་ནས་ཆོ་འཕོས་ཏེ་ལྟར་སྦྱེས། ཡང་སློབ་མ་དེ་ཆོས་གནས་འོག་མ་ནམས་སུ་  
 མངོན་ཤེས་ཀྱིས་བཅུལ་ཀྱང་མ་རྟོད། སྐར་ལྟ་ཡུལ་དུ་བཅུལ་བས་རྟོད་པ་ཡིན་



འདུག་གསུངས། ཡང་བཤགས་པས་མཚམས་མེད་ཀྱང་འདག་པ་ནི། སྒྲིག་སངས་  
 རྒྱུ་ཞལ་བཞུགས་པའི་དུས་བྱ་ཞིག་གི་པ་བསད་པ་འཕགས་པ་འཇམ་དཔལ་གྱིས་  
 བཤགས་པ་ལ་སྒྱུར་བ་ནི། འཇམ་དཔལ་གྱིས་པ་མ་གཉིས་བྱ་གཅིག་དང་གསུམ་  
 སྒྱལ། བྱ་དེ་ཆོག་པ་ལོག་པས་པ་མ་གཉིས་ཀ་བསད་པའི་ཚུལ་བཞུགས། བྱ་དེ་འགྱུར་  
 རས་ཤིག་པ་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་བཞུགས་པས། དེར་མི་དེའི་རྟོག་པ་ལ་ཁོ་པ་མ་གཉིས་ཀ་  
 བསད་པ་ཡང་ཤིག་སྒྱུར་ན། ང་པ་གཅིག་པོ་ལས་མ་བསད་པས་ཤིག་སྒྱུངས་ན་དག་  
 རས་ཡོང་སྟམ་ནས་སྒྱུངས་པས་དག་པ་བྱུང་། སྟོབས་བཞི་ཁ་སང་ཡང་དྲངས་ཡོད་  
 ཀྱང་། ད་ལམ་བཤགས་པ་བྱེད་པའི་དུས་ཀྱི་གོ་རིམ་ལྟར་བྱ་ན། དང་པོ་ཉེས་པ་  
 བྱས་པ་ལ་འགྱུར་པའི་རྣམ་པར་བསུན་འབྲེན་པའི་སྟོབས། དེ་ནས་ཕྱིན་ཆད་སྟམ་  
 པའི་ཉེས་པ་ལས་སྒྲར་སྟེག་པའི་སྟོབས། དེ་ནས་སྒྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་བྱེད་པ་  
 སྒྲིགས་ཉེན་གྱི་སྟོབས། དེ་ནས་གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྒྱུར་པའི་སྟོབས་རྣམས་འདྲེན་  
 ཞིང་། དེའི་དང་པོ་ཉེས་པ་བྱས་པ་དེ་ལ་འགྱུར་པ་དྲག་པོ་བྱས་པ་ལ་བཞེན་ནས་ཉེས་  
 པ་དེ་སྔར་རྒྱུད་པ་ཡོང་བས་འདི་ལ་སྔར་རྒྱུད་པའི་སྟོབས་ཞེས་ཀྱང་བྱ། སྔར་རྒྱུད་  
 ཚུལ་ཡང་དཔེར་མཚོན་ན་ཕྱི་དྲོའི་ཁ་བས་ལ་ལོངས་སྒྱུད་ན་དེས་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱི་  
 དྲོའི་ཁ་བས་སྒྲིང་བའི་བཞུན་པ་དང་། ཡུལ་སྒྱིལ་ཡོང་བའི་ཕྱི་དྲོའི་ཁ་བས་སྒྲིང་བའི་  
 བཞུན་པ་གཉིས་ཀ་བཤིག་པ་ཡིན། དེ་ལ་འགྱུར་པ་དྲག་པོ་སྒྲིས་ན་བཞུན་པ་སྔར་  
 རྒྱུད་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། སྟོབས་གཉིས་པ་ནི་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་པའི་སྟམ་སེམས་  
 བཞེན་པ་དེ་ཁ་ཡིན། སྟོབས་གསུམ་པ་ནི་སྒྱབས་སེམས་བྱེད་པ་དེ་ཁ་ཡིན། སྟོབས་  
 བཞི་པ་ལ་བསྐྱབ་བཟུས་ནས་གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྒྱུར་པའི་སྟོབས་དྲག་གསུངས་ཤིང་།  
 དག་བཡིན་ན་གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྒྱུར་པའི་སྟོབས་ཡིན་པས་བྱབ་པར་གསུངས་པ་ཡང་  
 ཡོད། དེ་ནི་ཤིག་པའི་གཉེན་པོར་དམིགས་ནས་དག་བ་ཅི་བྱས་སྟོབས་དེར་འགྲོ་བ་  
 དེ་ལ་དགོངས་པ་ཡིན། གཉེན་པོ་ཀྱན་ཏུ་སྒྱུར་པའི་སྟོབས་དྲག་ནི་མདོ་སྟོན་པ།



སྤྱི་ཉིད་སྒྲིམ་པ། གཟུངས་སྒྲགས་བསྒྲུབ་པ། སྤྱི་གཟུགས་བཞེང་བ། མཆོད་པ་ལ་  
བརྟེན་པ། མཆོན་ལ་བརྟེན་པ་སྟེ་དུག་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི། རྟེན་པའི་གཞིན་པོར་  
དམིགས་ནས་རྟོག་གཅོད་ཅམ་སྟོན་པའང་སྟོབས་དེར་འགོ་ན་རྒྱས་འབྲིང་བསྟུས་  
གསུམ་ལྟོག་པ་སོགས་ལྟ་ཅི་སྟོན། གཉིས་པ་ནི། སྤྱི་ཉིད་སྒྲིམ་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་  
གཟབ་སྟེ། རྒྱལ་པོ་མ་སྐྱེས་དག་ལྟ་བུ་མཆོམས་མེད་ཀྱི་རྟེན་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་བྱས་པ་  
ཡང་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་རྟེན་པ་དག་པ་ཅམ་མ་བཟད་གོང་མའི་ཡོན་ཏན་བྱད་པར་  
ཅན་ཐོབ་པའི་ལ་རྒྱས་བྱས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ཡང་ཁ་སང་བྱས་པ་ལྟར་གྱི་རྟེན་  
འབྲེལ་བཤེག་པའི་སྤྱི་ཉིད་པའི་གོ་ཚུལ་དུ་མ་སོང་བར་རྟེན་འབྲེལ་མ་བཤེག་པའི་སྤྱི་  
པའི་དོན་ལ་གོ་བ་ཡུད་ཅམ་ཆགས་པས་ཀྱང་རྟེན་པའི་ཕྱང་པོ་ཆོད་མེད་པ་དག་ནས་  
འགོ་བ་ཡིན། གསུམ་པ་གཟུངས་སྒྲགས་བསྒྲུབ་པ་ནི། ཡིག་བརྒྱ་བསྒྲུབ་སྟེ། དེ་ཡང་  
ཆོག་བཞིན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ཆོ་གའི་རིམ་པ་སྦྱི་དང་། བྱད་པར་དགོན་  
མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགོ། ། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདག་གིས་སྟོལ། །  
བྱང་ཆུབ་གནས་ལ་འགོད་པར་བགྱ། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་ནི་ཡང་དག་བསྐྱེད། ཅས་  
པའི་སྐྱབས་སེམས་དང་མ་བུལ་བ་ངེས་པར་དགོས། གཞན་ཆོ་ག་དངོས་ནི་རྣམ་  
ཐར་སྟོན་གསུམ་གྱི་དོན་ལ་འཇུག་པ་སྟེ། དེ་ལྟ་མིན་པར་སྤྱི་ཉིད་ལ་གོ་བ་མཆགས་  
ཤིང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྤངས་ཀ་དང་བུལ་ན་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་ལྟའི་གསལ་སྤང་  
རི་ཅམ་ཡོད་ཀྱང་གྱང་རིས་ལ་ལྟ་མོ་ལྟ་བ་དང་འདྲ་བར་གསུངས། གོང་གསལ་དེ་  
དང་བུལ་ནས་རྟོགས་རིམ་གྱི་རྒྱང་སྟོན་ཀྱང་མགར་བའི་སྤྱད་པ་དང་འདྲ་བར་  
གསུངས་ཏེ། རྒྱང་ཡོད་དུས་ཡོད་ཆོད་མི་ཟིན་ཞིང་། མེད་དུས་གཏན་མེད་ལྟ་བུར་  
སོང་ན་ལུས་མི་བདེ་བ་མ་གཏོགས་གང་ཡང་ཡོང་རྒྱ་མེད་པས་དེ་འདྲར་མ་སོང་ཅམ་  
གྱི་སྟོན་ནས་ཡིག་བརྒྱ་བསྒྲུབ་ན་འབུམ་སྤག་སོང་བའི་ཆེ་རྟེན་པ་ངེས་པར་དག་འགོ།  
དེ་ཡང་རྟོག་སེམས་དཔའི་ཡིག་བརྒྱ་ཁོ་ན་ལ་གོ་མི་དགོས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་



ཡིག་བརྒྱ་བཏོན་ན་ཡང་ཤིག་པའི་གཉེན་པོར་ངེས་པར་འགྲོ། གཞན་ཡང་མི་  
 འབྲུགས་པ་དང་། རྣམ་རྒྱལ་མ། གདུགས་དཀར། སྒྲུལ་མ་སྟགས་ཀྱི་གཟུངས་  
 རྟགས་བཏོན་ན་ཡང་ཤིག་པའི་གཉེན་པོ་མཐུ་ཆེན་དུ་ངེས་པར་འགྲོ། འོན་ཀྱང་  
 རྒྱུ་བཞད་པའི་ཡན་ལག་མ་ཆང་བ་ནི་གང་ཟག་གི་སྒྱུན་ཡིན་གྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྱུན་མིན།  
 སྒྱུ་བཞེངས་པ་ནི་སྒྱུ་གཟུགས་ཆེན་པོ་བཞེངས་པ་པར་བཞག་མུ་མུ་འདེབས་པ་ཡང་  
 ཡིན། དེ་ནི་དང་སང་མུ་མུ་འདེབས་པ་ནད་པ་སྟགས་ཀྱི་རིམ་གྱི་བཟུང་བ་མ་  
 གཏོགས་ཤིག་སྒྱུར་དུ་བྱེད་པ་མི་སྤང་བས་དེ་འདྲ་བྱེད་མི་ཉན། དེར་མ་ཟད་མུ་མུ་  
 རྟིང་པ་ཆོ་ལ་ཡང་མཆོད་པ་འབྲུལ་ཞིང་གུད་འདུད་ལྷུར་ལེན་པར་བྱེད་དགོས། མུ་  
 མུ་བཞེངས་པའི་ཕན་ཡོན་ལ་ངོ་བོས། མུ་མུ་བཞེངས་ན་བྱམ་པ་ཡན་གྱི་རྩལ་གྲངས་  
 དང་མཉམ་པའི་འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་ཐོབ་ཡོང་གསུངས་ཤིང་། དགེ་བཤེས་  
 གསང་ཕྱ་བས། བྱམ་ན་མི་བྱམ་ན་ཅང་མེད། ངས་ངོ་བོ་ལ་བཀའ་འདྲི་ཞུས་ནས་  
 དོགས་པ་བསལ་བེན་པ་ཡིན་པས། མུ་མུ་ཆང་མའི་རྩལ་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་  
 འཁོར་ལོས་བསྐྱར་རྒྱལ་ཐོབ་ངེས་ཡིན་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་བསོད་ནམས་  
 ཆེན་པོ་དེ་དེས་ཤིག་སྒྱུར་ལ་བསྐྱར་བ་ཡིན་པས་ཤིག་པའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་  
 འདག་པ་ལ་ཐེ་ཆོམ་མེད་གསུངས། ཡང་ད་ལྟ་ཁ་དཔེར་འདམ་བག་ཤིག་མེད་ལ་མུ་  
 མུ་ཤིག་ཡོད་མ་བཟོ་ཞིག་བེར་བ་ལྟར། མུ་མུ་དང་སྒྱུ་འདྲ་སྟགས་ལ་མ་གྲུས་པའི་ལས་  
 ངན་སྒྲ་ཆོགས་མ་གསོག་པར་སེམས་དང་བའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དད་པས་ཀྱན་ནས་  
 བསྐྱངས་ཏེ་ཤིག་པ་སྒྱུར་བའི་ཕྱིར་བཞེངས་ན། སེམས་བསལ་གཅིག་བསྐྱེད་འབྲས་  
 བྱ་གང་། ། ཆངས་ལ་སྟགས་པ་ཡིན་པ་ལྟར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་ཕན་ཡོན་  
 ཐོབ་པས། སྒྱུ་གཟུགས་སྟགས་དེ་དག་ལ་དད་གུས་གྱིས་བདག་པོ་ལེགས་པར་བྱེད་  
 དགོས། ལྟ་པ་མཆོད་པ་ལ་བཞེན་པ་ནི། སྒྱུ་གསུང་བྲགས་ཉེན་སྟགས་ལ་སྟོང་ཐག་  
 པ་ནས་མཆོད་པ་འབྲུལ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་གཙོ་བོར་རང་གི་ཤག་རྒྱུད་ལྷུ་བཞིན་ནང་དུ་



ང་འདི་ན་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་བསོད་ནམས་གསོག་ཞིག་ཅེས་གསུང་མཁན་ལྟ་  
 བུར་རང་གི་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཁིང་དུ་བཞུགས་པ་ནམས་ལ་འབུལ་དགོས།  
 དེ་ལ་ཕུལ་ན་མཆོད་པ་རྒྱན་ཡང་རིང་པོ་ཡོང་། དེ་མིན་རང་གི་ཤག་གི་ནང་གི་དེ་ལ་  
 རྒྱང་བ་གང་མེད་པར་ལྟ་སའི་ཚོ་བོ་ལྟ་བུ་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་མདོག་བྱས་ཀྱང་ཐོབ་  
 ཡིན་པས། རང་གི་ཤག་དུ་ཡོད་པ་དེ་དག་ལ་གྱུས་པ་ཆེན་པོས་རྩལ་སེལ་བྱུང་ཡར་  
 འགྲོ་མར་འགྲོའི་ཞོར་ལ་ཕུ་ལེགས་བ་རེ་ལས་མ་བྱུང་ཀྱང་འདེབས་པ་ཞིག་དགོས།  
 དེ་ཡང་ཉེན་དེ་དག་ལ་ཡེ་ཤེས་པ་དངོས་སུ་བྱགས་པར་ཐག་བཅད་ནས་མཆོད་པ་  
 གོགས་པོའི་སྒྲོར་མི་ཤོང་བ་ལྟ་བུ་བྱུང་ན་རྩལ་ཡོད་པ་ནམས་ཀྱིས་འབུལ་དགོས།  
 རྩལ་མེད་པ་ནམས་ཀྱང་མཆོད་པའི་རྩལ་ལ་ལག་མ་ཐོགས། རྩལ་བས་ཆོག་དེ་  
 ཡང་སྒྲོད་མེད་ཟེར་ན་བན་དང་ཆོག་རྒྱན་གྱི་ནང་དུ་རྩལ་བྱགས་ནས་དེ་ཆོའི་ནང་དུ་  
 ཡོན་ཆབ་ཕུལ་བས་ཀྱང་ཆོག་ དེར་མ་ཟད་སེར་ཅེའི་དགོ་བཤེས་དགོ་ལེགས་ཆོས་  
 འཕེལ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་དགོ་བཤེས་ཐོགས་མེད་ཞུ་བ་དེའི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་ཕོར་པའི་  
 ནང་དུ་ཡང་ཡོན་ཆབ་ཕུལ་བས་ཆོག་ དུག་པ་མཆོན་ལ་བཞེན་པ་ནི། སྒྱིར་སྒྲོན་སྒྲ་  
 བདེ་གཤེགས་བརྒྱད་སོགས་ཀྱི་མཆོན་བཟོད་ཀྱང་ཆོག་མོད། འོན་ཀྱང་སྒྲོན་གྱི་  
 ཐུགས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐུས་ཤིག་པ་དག་པ་ལ་སངས་རྒྱས་སོ་ལྟའི་མཆོན་བཟོད་པ་སྟོབས་  
 ཤིན་དུ་ཆེ་བས་འདིར་ལྟར་བཤགས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་བཤགས་ཚུལ་བཟོད་པར་བྱ་ཞིང་།  
 དེ་ཡང་བཀའ་གདམས་གོང་མས་དགོང་མོ་ལྟར་བཤགས་ཆར་རེ་མི་འདོན་པ་  
 གཟིགས་ན་ཁྱོད་ས་ཐོབ་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཀའ་བཀྲོན་ཆེན་པོ་མཛད་པ་ཡིན་པས་  
 འདི་ནི་མ་ཆོག་པ་ངས་པར་འདོན་དགོས། དེ་ཡང་བྱན་མཆོམས་གང་དུ་བྱས་ཀྱང་  
 ཆོག་ལ་བྱན་གྱི་སྐབས་བྱེད་ན་བཟུང་ནས་བཏོན་ཀྱང་ཆོག་ འོན་ཀྱང་ན་སོག་ཞོན་  
 པ་དང་ལུས་ཀྱིས་ཕེར་བ་ནམས་ཀྱིས་བྱན་མཆོམས་སུ་བྱག་དང་སྒྲེལ་ནས་བྱེད་པ་ཤིན་  
 དུ་གལ་ཆེ་ཤོ། དེས་ནི་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་ལ་དུས་གཅིག་དུ་སྟོང་པོ་སྤངས་པ་ཡིན་



ཞིང་། རྗེ་རིན་པོ་ཆེའི་ཕྱག་བཞེས་ཀྱང་ཡིན་པས་རང་རེ་བྱ་བ་རྒྱུད་ནམས་ཀྱིས་དེ་  
 ལྟར་བྱས་ཆེ་བྱིན་རྒྱབས་འབྲུག་པ་ལ་ཡང་བྱད་ཆེན་པོ་ཡོད་པས་དེའི་ཚུལ་ནི་ཐོག་  
 མར་ནམ་དག་ཆོས་དབྱེངས་མ་དང་། མ་ལུས་སེམས་ཅན་མའི་སྒྱུན་འདྲིན་རེ་  
 གཏོང་། དེ་ནས་བྱས་གསལ་མདོར་བསྐྱས་བྱེད་ན་བྱས་ཁང་བསྐྱེད་པ་སོགས་མི་  
 བྱེད་པར་རང་གི་སྤྱིང་ཁ་ནས་མཆོད་ལྟ་སྤྱོད་ཏེ། རི་ལྟར་བལྟམས་པ་སོགས་བྱས་  
 གསལ་གྱི་ཆོགས་བཅད་རེ་གཉིས་དང་བཅས་བྱས་གསལ། འདི་ནི་སྤྲིག་པ་འདག་པ་  
 ལ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཡང་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་ནས་མཆོད་ལྟ་རང་གི་སྤྱིང་ཁར་བསྐྱེམ། དེ་ནས་  
 ཨོྭ་མོ་མཆུ་བྱི་ཡེ། ཅ་མ་ེ་སུ་བྱི་ཡེ། ཅ་མ་ེ་ལྷ་ཉ་མ་བྱི་ཡེ་སྤྱད། ཞེས་པའི་ཕྱག་  
 འབྲུར་གྱི་སྐགས་འདི་ཕྱག་གསུམ་གྱི་རིང་འདོན། དེ་ནས་མདོར་བསྐྱས་བྱེད་ན་སྒྲ་  
 མ་ཆོགས་བཅད་གཅིག་དང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་ཆོགས་བཅད་རེ་རེ་འམ་  
 གཅིག་གང་རེགས། དེ་ནས་རི་སྤྲོད་སྤྱད་གཅིས་པ་ནས། རྒྱལ་བ་ཀུན་ལ་ཕྱག་  
 འཆལ་མཆོད་པར་བགྱི། ཞེས་པའི་བར་འདོན་ཞིང་། དེ་ཡང་སྐབ་པའི་དབང་པོ་  
 གསལ་བཏབ་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱགས་ཀ་ནས་སམ། དེ་མིན་སྤྱི་བོའི་སྒྲ་མའི་ཕྱགས་ཀ་  
 ནས་འོད་ཟེར་རྩ་ཡོག་ལྟ་བུ་སྤྲུམ་ཅུ་སྤྱེ་འཕྱོས་པའི་སྤྱི་ལ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་ལྟ་བུ་གསལ་  
 པར་མོས་དགོས། གོང་དུ་སྒྱུན་འདྲིན་བཏང་བ་ལྟར་ཆོགས་ཞིང་ཐམས་ཅད་མདུན་  
 དུ་བྱ་ལམ་མེར་བཞུགས་པར་མོས་དགོས་ཀྱང་། ད་ལམ་སངས་རྒྱས་སྤྱི་ལྟ་ལོགས་སུ་  
 དེ་ལས་ཀྱང་གསལ་བར་དམིགས་དགོས། དེ་ཡང་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེའི་སྤྲོད་ན་རྒྱལ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པའི་སངས་རྒྱས་སྤྱི་ལྟ་ཆང་བ་རེ་རེ་བཞུགས་པར་  
 མོས་པ་དང་། རང་གི་ལུས་ཀྱང་རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེའི་སྤྲོད་ན་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 གྲངས་དང་མཉམ་པ་དང་། རང་གི་མཐའ་སྒྲོར་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 རྒྱལ་ཕྱ་རབ་རེ་རེའི་སྤྲོད་ན་རྒྱལ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གྲངས་དང་མཉམ་པ་ཡོད་པར་མོས་  
 ནས་མཆོད་པའི་ཆོགས་བཅད་བཟོད་པའི་སྐབས་མཆོད་པ་ལ་ཡང་སྤྱར་ལྟར་ཡོད་



ཕར་མོས་དགོས་ལ། དེ་དག་གི་ཆེ་མེས་ཅན་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཀྱང་རང་  
 དང་མཉམ་དུ་ཕྱག་བཙུང་ནས་བཤགས་པ་བྱེད་པར་མོས་དགོས། དེ་ནས་ལྷུང་  
 བཤགས་ཀྱི་འགོ་བཙུགས་ཏེ་རང་གི་ཉེས་དམིགས་ལ་འཇིགས་པའི་སྒྲོ། དཀོན་  
 མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་ལ་དད་པའི་སྒྲོ། རང་འདྲའི་འགྲོ་བ་ལ་སྦྱང་བཅེ་བའི་སྒྲོ་སྟེ་  
 འཇམ་དཔལ་ཞལ་ལུང་གི་མན་ངག་ལས་འབྱུང་བ་གསུམ་པོ་འདི་ཡང་མ་བརྟེན་པར་  
 བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་ལྷུང་བཤགས་ལྷའི་རིང་བརྒྱངས་ཕྱག་བཙུང་ན་བརྒྱ་ཕྱག་འགྲོ་  
 རེས་ཡིན། དེ་ལྟར་ལོང་མ་བྱུང་ཀྱང་ཆར་གཅིག་འདོན། དེའི་ཆེ་ཡང་སྟོབས་  
 རྒྱུ་ལྟར་ཕར་བྱེད་དགོས་པས། ཉེན་གྱི་སྟོབས་སྦྱབས་སེམས་བྱང་འབྲེལ་བྱེད་  
 ཚུལ་ནི། བདག་གིས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་  
 པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་བྱ། དེའི་ཕྱིར་དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྦྱབས་  
 སུ་སོང་ནས་ཐིག་པ་བཤགས་པར་བྱའོ་སྟུམ་པ་བྱེད་དགོས། བཙུང་ལྷན་འདས་དེ་  
 བཞིན་གཤེགས་པ་ཆེན་པོ་ལས་མདོ་ཆོག་ལ་མེད་ཀྱང་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་འཇུག་པར་  
 མཛད་པ་ཡིན། སངས་རྒྱས་ལ་བདེ་བར་གཤེགས་པ་ཞེས་བརྟེན་པ་ཡང་རྣམ་འགྲེལ་  
 ལས། རྒྱ་སྤངས་ཡོན་ཏན་གསུམ་བདེ་གཤེགས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན།  
 མཐོལ་ལོ་བཤགས་སོ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒྲུབས་སུ་ཐིག་པ་རུས་མེད་བྱས་པ་ཡིན་པས་  
 བཤགས་པར་སོང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཕྱིན་ཆད་མི་བྱེད་པའི་སྟུམ་སེམས་བྱས་ཏེ་དེ་  
 ལྟར་བཤགས་པ་བྱས་པའི་དགེ་བ་རྣམས་ལྷུང་བཤགས་རང་གི་ཆོག་ནས་འབྱུང་བ་  
 ལྟར་བརྟེན་བྱས། དེ་ནས་ཐིག་པ་ལྷུང་དོ་མི་ཆོད་པ་མང་པོ་ཡོད་པས་དེ་དག་བཤགས་  
 པའི་ཕྱིར་སྦྱི་བཤགས་གསུམ་མཁ་གཅིག་གང་རིགས་འདོན། དེ་ནས། འདོད་  
 ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ལྷག་དབང་གིས་ནི། ། ཞེས་པ་ནས། ཐམས་ཅད་རྟོགས་པའི་  
 བྱང་རྒྱུ་ཕྱིར་བརྟེན། ། ཞེས་པའི་བར་བཏོན་ནས་ཆོགས་བཅད་རེས་མཚུལ་  
 འབུལ། དེ་ནས་ཆོགས་ཞིང་བརྟེན་བར་བྱ། དེ་ལྟར་ཐིག་པ་དག་པའི་མཆོན་མ་མ་



བྱང་བར་དུ་བཤགས་པ་བྱེད་པར་གསུངས་པས་ཕྱིག་པ་དག་པའི་རྟགས་ནི་གཙོ་བོ་  
 མཐོང་ལམ་ཐོབ་པ་ཡིན། དེ་མིན་ཡང་སྦྱར་ལམ་བཟོད་པ་ཐོབ་པ། དེ་མིན་ཡང་  
 དག་ཅ་མི་ཆད་པའི་སྦྱར་ལམ་ཅེ་ཙམ་ཐོབ་པ་སོགས་ཡིན་ཀྱང་། རང་ཅག་ལ་དེ་འདྲ་རེ་  
 ཤིག་མི་འབྱུང་བས་འདིར་མི་ལམ་གྱི་རྟགས་གཙོ་བོར་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་  
 བཤགས་པ་བྱེད་པ་ལ་སྡོམ་སེམས་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བས། ངས་ཉེས་པ་དེ་འདྲ་  
 བྱས་སྟམ་དུ་སྡོམ་བྱས་ཀྱི་ཉེས་པ་ལ་ཞིན་པ་གཏིང་ནས་ལོག་པའི་སྒྲོན་ས་ཕྱིན་ཆད་མི་  
 བྱེད་པའི་སྡོམ་སེམས་བསྟེན་དགོས་ལ། དེ་ལྟར་བྱས་ན། གང་ཞིག་སྡོམ་ཆད་བག་  
 མེད་རྒྱུར་པ་ལ། ། ཕྱིས་ནས་བག་དང་ལྡན་པར་རྒྱུར་དེ་ཡང་། ། ཞེས་སོགས་  
 དྲངས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་བཤགས་པ་བྱེད་པའི་དུས་དེར་སྡོམ་སེམས་  
 བསྟེན་ཀྱང་བཤགས་པ་ཆར་སྐབས་སྡོམ་སེམས་གཏན་ནས་མི་དྲན་པ་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་  
 པར་བཤགས་པ་བྱས་ཟིན་ནས་ཀྱང་ངས་ད་དུང་ཉེས་པ་དེ་ལ་ཞུགས་ཡོང་སྟམ་ནས་  
 ཉན་བསྐྱུང་བསྐྱུངས་པར་སྡོད་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་དག་བཤེས་སྤང་ལུང་  
 པས། དེང་སང་གི་ཕྱིག་པ་སྦྱོར་བའི་ཚུལ་དེ་གང་དང་འདྲ་ན་ཁབ་མཆུ་བྱང་དང་  
 འདྲ་གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་ཁབ་མཆུ་ཏོ་བྱང་པ་དེས་ཆོམ་བྱ་རྒྱབ་ན་ལམ་སང་  
 གྲག་ནས་འགོ། ཡོད་གྲོངས་ནས་ད་འགྲིག་པ་ཡོད་བྱས་ནས་ཅེ་མ་ན་ཡང་གྲག་འགོ།  
 དེ་བཞིན་དུ་སྡོམ་སེམས་ཡོད་ཀྱང་ཉན་བསྐྱུང་པ་མེད་ན་ཡང་ཡང་ཉེས་པས་གོས་ནས་  
 འོང་པས་སྡོམ་སེམས་ཡང་ཡང་བསྟེན་པ་འདི་ལ་སྡོམ་དགོས་གསུངས། ཡང་ལྟར་བ་  
 འབྱུང་བའི་སྒྲོན་བཞི་གསུངས་པའི་མི་ཤེས་པ་ལྟར་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲོན་ནི། སྦྱིར་རྒྱན་ཏུ་  
 ལྟར་བའི་རོ་བོ་མི་ཤེས་པ་སོགས་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ལྟར་བ་གཅིག་ལ་སྦྱར་ནས་གོ་  
 བདེ་བར་ཞུ་ན། ཆབ་ལེན་ལྟམ་འབྱུང་བྱེད་དགོས་པར་ཤེས་ཀྱང་། བྱེད་རན་པའི་  
 མཚམས་དེར་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་རྟོག་དཔྱད་མེད་པར་དེ་དག་མ་བྱས་ན། མི་  
 ཤེས་པའི་སྒྲོན་ས་ལྟར་བ་བྱུང་བ་ཡིན། དེའི་ཆེ་དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པ་ཤེས་ཀྱང་མི་



བྱེད་པའི་གཉེན་པོ་མ་དྲན་པར་དེ་དག་མ་བྱས་ན་བག་མེད་པའི་སྒྲོན་ནས་རྒྱུད་བ་བྱུང་  
 བཡིན། གཉེན་པོ་དྲན་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་ཤོར་སྤངས་ན་ཉིན་མོངས་མང་  
 བའི་སྒྲོན་ནས་རྒྱུད་བ་བྱུང་བཡིན། རང་དབང་ཡོད་བཞིན་དུ་ཆབ་ལེན་ལྷམ་འབྱུང་  
 མི་བྱེད་ན་མ་གྱས་པའི་སྒྲོན་ནས་རྒྱུད་བ་བྱུང་བཡིན་གསུངས། ཡང་རང་ལ་ཉེས་པ་  
 མངོན་ཆེ་བ་དེ་ཕོག་ན་བརྒྱ་ཕྱག་དེ་ལྷག་པོར་འཆོལ་བ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིག་ལ་བརྟུག་ནས་  
 ཆད་པ་འགལ་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་བྱས་པས་ཉེས་པའི་གཞི་དེར་ཁྱེད་གས་གྲབས་བྱས་  
 ཀྱང་། ད་ལྟ་དེ་འདྲ་བྱས་ན་དོ་རེད། དཀའ་ལས་ཁག་རོགས་ཡིན་པས་དེ་ལས་  
 བསྐྱེད་པ་དག་འཁྲུམ་དུ་འཛེམ་འོང་བས་རང་གིས་རང་འདུལ་བའི་དུས་ཡིན་ཅན་དེ་  
 འདྲ་ཡང་ངེས་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་པས་སྒྲིག་པ་ལ་འཛེམ་དུ་སྤངས་ཏེ། མི་  
 གཞན་གྱིས་ཁོ་སྒྲོན་མ་དེ་འདྲ་མིན་ཀྱང་ད་དྲག་དུ་སྤངས་འདུག་ཟེར་དགོས་པ་ཞིག་  
 ཡོང་། དེ་བྱུང་ན་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཐོན་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་དཔུང་བཟང་གིས་  
 ཁྱས་པའི་རྒྱུད་ལས། བཟླས་བཞོད་མེ་ལ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱུད་གིས་སྤྲ། ། བཙོན་  
 འབྲས་ཆེན་པོའི་མེ་ལྷུས་སྒྲིག་པ་བསྟེན། ། ཇི་ལྟར་གངས་ལ་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་  
 གྱིས། ། གདུངས་ན་གཟི་བཞིན་མི་བཟོད་འདྲ་བ་བཞིན། ། ཚུལ་བྲིམས་ཉི་མའི་  
 འོད་ཟེར་བཟླས་བཞོད་གྱིས། ། གདུངས་ན་སྒྲིག་པའི་གངས་ཀྱང་ཟད་པར་  
 འབྱུང། ། ཞེས་པའི་དོན་ལྟར་ཚུལ་བྲིམས་འདི་ལ་ནན་ཏན་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས་ཤིང་།  
 དེའི་ངང་ནས་བཟླས་བཞོད་ལ་སོགས་པས་སྒྲིག་པ་བཤགས་ན། ལམ་རིམ་མཆན་དུ་  
 རྒྱུ་པར་བསྟུན་འབྱེན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲིག་པའི་འཕེལ་ཁ་ཆོད་པ་དང་། ཉེས་པ་  
 ལས་སྤྲར་སྒྲིག་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་སྒྲིག་པ་ཙུ་བ་ནས་འདོན། ཉིན་གྱི་སྟོབས་སྟོབས་  
 འགྲོས་སྒྲིག་པའི་འབྲས་བུ་ལས་སྟོབས་པར་བྱེད། གཉེན་པོ་ཀྱན་དུ་སྦྱོད་པའི་སྟོབས་  
 ཀྱིས་སྒྲིག་པ་ཕམ་པར་བྱེད། ཟིལ་གྱིས་གནོན་པར་བྱེད། ཟད་པར་བྱེད། འདག་  
 པར་བྱེད་ཅེས་སོགས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡོང་ཞིང་། དག་ལྷགས་ཀྱང་རྒྱུ་སྒྲིག་གཏན་



མེད་དུ་བྱས་ནས་དག་པ་དང་། རྣམ་སྤྲིན་རྒྱུད་དུ་ཞིག་མྱོང་བས་དག་པ་དང་།  
 རྣམ་སྤྲིན་ཡུན་མུང་དུ་ཞིག་མྱོང་བས་དག་པ། དཔེར་ན་དམུལ་བར་དར་གྱི་ཕོ་ལོང་  
 བརྒྱབ་པ་ཙམ་ཞིག་སྤྲིས་ནས་དེས་འགྲིག་པ་སོགས་ཡོད། དར་གྱི་ཕོ་ལོང་བརྒྱབ་པ་  
 བྱི་སྤྲུམ་འགའ་ཞིག་གིས། ས་འདིར་རྩོལ་ལྟ་བུའི་ཕྱི་ཕྱི་ཞིག་ཤེད་གྱི་ས་བརྒྱབས་  
 ར་དེ་མ་ཐག་འཕགས་ཡོང་བ་ལ་གསུངས་ཤིང་། སྤྲུམ་བྱམས་པས་དར་ལྟོག་ལྟོག་  
 པས་བརྒྱབ་པ་ལ་མཛད་ཀྱང་དོན་འདྲ་བ་ཡིན། ཡང་རྒྱལ་པོ་དཔལ་བས་བྱིན་གྱིས་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་མེ་ཉོག་སྤྲུམ་མཛེས་བཀོངས་པ་ལ་བཤགས་པ་ཆད་མེད་པ་བྱས་  
 ཀྱང་རྣམ་སྤྲིན་རྒྱུན་རིང་ཞིང་མི་བཟད་པ་མྱོང་བར་གསུངས་པ་དེ་བཤགས་པས་མ་  
 དག་པ་ཡིན་ནམ་སྤྲུམ་ར་དེ་མ་དག་པ་མིན་ཀྱང་། ལས་དེ་ཉིད་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་  
 དབང་གིས་འབྲས་བུ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་སྤྲིན་རྒྱུ་ཡོད་ཀྱང་པལ་ཆེར་དག་པ་ཡིན་  
 པར་སངས་རྒྱས་རང་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་སྤྲིག་པ་བཤགས་པས་  
 ཆོག་ཟེར་ནས་སྤྲིག་པ་ལས་མ་འཛེམ་པར་བྱས་ན་ནི་སྤྲིག་པ་ཤིན་ཏུ་ལྷི་བ་འོང་། དེ་  
 ལྟར་དཔུང་བཟང་གིས་ཁྱས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁྱད་སྤངས་དང་ས་རྒྱལ་བྲིམས་དག་དགོས་  
 པར་གསུངས་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ནི། བཀའ་གདམས་གོང་མའི་གསུང་ལས། འདི་ནི་  
 ཁས་སྤངས་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ལ་མི་བྱེད་གྱི། བསྐྱུངས་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ལ་བྱེད་གསུང་  
 པ་ལྟར་ཡིན་ཏེ། ཁས་སྤངས་པའི་རྒྱལ་བྲིམས་ཙམ་ལ་བྱེད་ན་ད་ལྟ་རང་རེས་ལྱང་པ་  
 གང་ཁས་སྤངས་ཡོད་ཀྱང་ད་ལམ་དེས་གོ་མི་ཆོད། ཁས་སྤངས་པ་ཙམ་ལ་མ་བཞག་  
 པར་རྒྱལ་བཞིན་དུ་བསྐྱུང་བའི་རྒྱལ་བྲིམས་ལ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་སྟོབས་བཞི་ཆང་  
 བའི་བཤགས་སྤྲུམ་ལ་གཙོ་བོར་འབད་པ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་བབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི། རང་  
 གི་སྤྲོད་སའི་ལྷགས་རིའི་ནང་དུ་རྒྱལ་བྲིམས་འཆལ་པ་དང་། དམ་ཆོག་ཉམས་པ་  
 ཡོད་ན་དེར་བཤགས་པ་བྱེད་མི་རུང་བས་དེ་འདྲ་མེད་པའི་གནས་བྲག་གི་སེར་སྤུབ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་བསྐྱེད་ནས་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུ་ཤིན་ཏུ་དཀའ་ནའང་མ་མཐར་ཤག་



གཅིག་གི་ནང་དུ་ཤེས་བཞིན་དུ་ལས་འབྲས་བྱང་དུ་གསོད་པའི་ངན་པ་དེ་འབྲེལ་  
 འབྲེས་ལྟ་མེད་པ་ཞིག་ངེས་པར་དགོས། ལས་འབྲས་ལ་བྱང་གསོད་མི་བྱེད་ཅམ་  
 གྱི་གོགས་བཟང་པོ་རེ་མ་མཐར་ཆེད་པ་བྱས་ནས་དེ་དང་མཉམ་འགྲོགས་དགོས།  
 ཡང་སྤྲོད་གྱི་ཐུ་གུ་གསོ་བའི་དུས་ཡིན་གྱི་གཙོད་པའི་དུས་མིན། བོང་བུའི་སྐལ་མ་  
 གསོ་བའི་དུས་ཡིན་གྱི་ཁལ་འགལ་བའི་དུས་མིན་པ་ལྟར། རང་ཅག་གིས་ཀྱང་ད་  
 ལམ་ཕྱི་ལ་གསོག་པའི་དུས་མིན་གྱི་ལས་དགོ་བ་བསྐྱུང་ཞིང་ཕྱི་ལ་སྦྱོང་བའི་དུས་  
 ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་དམ་ཉམས་སྒྲུབ་དེ་དག་དང་འགྲོགས་ན། རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཕྱི་ལ་  
 སྤར་བྱས་སྦྱོང་ཞིང་ཕྱི་ཆད་མི་འཇུག་པར་འདོད་པའི་སློ་དེ་རྟོག་པ་བཟང་པོ་ཡིན་  
 པས་དེ་ཉམས་ནས་འགྲོ་བ་ཡིན། དེ་ལ་སྦྱོས་བྱ་དམ་པ་སྦྱོང་ཉིད་སྦྱོང་རྗེའི་སྦྱོང་པོ་  
 ཅན་གྱི་ལམ་སྒྲོམ་པར་མཛད་པ་ད་ལྟ་བུའགས་པའམ། སྤར་བུའགས་པའི་ས་ཡིན་  
 བ་རང་གི་རྟོགས་པ་མ་ཉམས་པ་ལ་ཅུང་ཟད་རེ་ཕན་པ་ཡིན། གཞན་གང་གིས་ཀྱང་  
 ཕན་ཚུ་མེད་པས་བཀའ་གདམས་གོང་མའི་དུས་རི་ཁྲོད་དུ་བཤགས་སྒྲོམ་བྱེད་པར་  
 འགྲོ་མཁན་ནམས་ལ་ཁྱོད་ཆོགས་བསག་སྒྲིབ་སྦྱངས་ལ་འགྲོ་བ་ལ་སྤུལ་པ་མ་ཅན་ལ་  
 འཛེམ་ཨང་གསུང་བ་ཡིན། སྤུལ་པ་མ་ཅན་གྱི་དོན་ཡང་སྟོན་ཀ་སྤུལ་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 ལུས་སྤྱ་ཤལ་ཆུ་ཤལ་ལ་བཏང་ནས་དགུན་སྤུལ་པ་མང་པོ་གྲུ་གྲུ་འགྲིལ་བ་ལྟར་འགྲིལ་  
 བས་སྤོང། དེའི་ཆེ་སྤུལ་པ་གཅིག་ལ་ཡང་སྦྱོན་མེད་ན་ལོ་རྗེས་མའི་དཔྱིད་དོད་སྤོབ་  
 ཅན་སྤུལ་པ་ཐམས་ཅད་རེ་རེ་ནས་ལངས་རྒྱ་ཆེད་པ་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་སྤུལ་པ་  
 གཅིག་གིས་སྤྱ་ཤལ་ཆུ་ཤལ་ལེགས་པར་མ་ཐོན་པའམ། ཡན་ལག་སྤུལ་པ་སྒྲུབ་ཀྱི་  
 སྦྱོན་ཡོད་ན་ཁོ་ཤི་ནས་རུལ་འགྲོ། དེས་ཁོ་དང་ཉེ་བ་དེ་རུལ། དེ་ནས་ཉེ་རིམ་གྱིས་  
 རུལ་ནས་མཐར་ཆད་དེའི་སྤུལ་པ་ཐམས་ཅད་རུལ་འགྲོ། དེ་དང་འབྲ་བར་ཉུང་མ་  
 མང་པོའི་ཁྲོད་དུ་ཉུང་མ་གཅིག་ལ་མ་ཡོད་ན་དེ་རུལ་ནས་གཞན་དེ་དང་མཉམ་དུ་  
 ཉུང་དོང་དུ་བཅུག་པ་ཐམས་ཅད་རུལ་འགྲོ། ཚུལ་འཆལ་དམ་ཉམས་སྒྲུབ་དེ་ལྟ་



བྱུ་ཡིན་པས། རེ་ཤིག་དེ་དག་ལ་ཡིད་ཀྱི་སྒྲིང་རྗེས་སྒྲིམ་པ་ལས། ལྷུས་ངག་གི་འགྲོགས་པ་  
 འདྲིས་མང་ན་ཉམས་གྲིབ་པོག་ནས་རྟོགས་པ་མི་སྐྱེ་བ་ཡིན་པས་འདི་ལ་གཟབ་པར་  
 མཛད་དགོས། རྒྱིག་པ་དག་པའི་ཆི་ལམ་གྱི་རྟགས་མཆན་ནི། སྤྱིར་ལྟ་མོ་ཚུན་དེ་  
 མདོ་ལས། གོས་ནག་པོ་གྱུན་པ་དང་། དར་ནག་པོ་བྱེར་ནས་བྱར་དུ་རྒྱག་འགྲོ་བ་  
 དང་། མ་ཉེ་དང་། མི་ནག་པོ་སོགས་ཀྱིས་རང་ལ་གནོད་པ་བྱེད་པ་སོགས་ཆིས་ན་  
 ངན་སྤང་དུ་སྐྱེ་འདོད་པའི་རྟགས་ཡིན་པར་གསུངས་ཤིང་། རྒྱིག་པ་བྱང་པའི་  
 མཆན་མ་ནི་ཟས་ངན་སྐྱགས་པ་དང་འོ་མ་སོགས་འཁྱུང་པ་དང་། ཉི་ཟླ་ལ་ཞོན་པ་  
 དང་། ཉི་ཟླ་རང་གི་ལྷུས་ལ་ཐིམ་པ་དང་། རང་གི་ལྷུས་ཉི་ཟླ་ལ་ཕར་ཐིམ་པ་དང་།  
 ཉི་ཟླ་རང་གི་ཁར་བཅུག་ནས་བཟུང་སོགས་ཆིས་པ་རྣམས་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རྒྱིག་པ་  
 སྦྱང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་དེ་དག་ཆིས་ན་རྒྱིག་པ་དག་པའི་རྟགས་སུ་བཤད་ཀྱི་རྒྱིག་  
 པ་མ་སྐྱུངས་པར་དེ་དག་ཆིས་ན་དཀོར་རྟགས་ཡིན་ཏེ། བཀའ་གདམས་ཀྱི་དགོ་  
 བཤེས་གཙང་པ་ནམ་མཁའ་རིན་ཆེན་ལ་ང་ལ་ཆི་ལམ་དེ་དག་བྱང་ཁྱེས་པའི་ཆོ་སྤྱོད་  
 ཀྱིས་རྒྱིག་པ་སྐྱུངས་པ་ཡིན་ནམ་གསུངས། མ་སྐྱུངས་ཁྱེས་ན་སྤྱོད་ལ་དཀོར་བཟུང་  
 མགོ་ཉི་ལ་ཞིག་ཡོང་འདོད་པ་ཡིན་གསུང་པ་ཡིན། ཡང་ལྟ་ཁང་རྩལ་གྱིས་ཁེངས་པ་  
 སྐྱུ་ཡང་ཐལ་རལ་པོ་བཟུགས་པ་ཆིས་ན་རྒྱིག་པ་ཆེ་བའི་རྟགས་དང་རྒྱལ་ཆིས་  
 ཀྱང་ཡིན། ལྷ་པ་ཆི་ལམ་དུ་བྱང་ན་རྒྱལ་ཆིས་ཡིན་པར་བྱེད་ཀྱང་། ལྷ་པ་སྤོན་པོ་  
 ཐལ་བྱར་མཇལ་མ་སྤོབ་རྩལ་པོ་དེ་འདྲ་ཆིས་ན་རྒྱལ་ཆིས་ཡིན། དེ་མིན་ལྷ་པ་ག་འདྲ་  
 ཆིས་ཀྱང་ལེགས་པ་ཡིན། གཞན་ལྟ་ཁང་དང་སྐྱུ་མཇལ་སྤོབ་དང་། དགོ་འདུན་  
 མང་པོ་དང་། བྱང་པར་རང་གི་རྩ་བའི་སྤྱོད་མ་དགེས་ཉམས་དང་བཅས་ཏེ། མཇལ་  
 བ་སོགས་ནི་ངས་པར་དུ་ལེགས་པ་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ཆིས་ན་ད་དུང་ལྷུས་འཁྱུང་ནས་  
 དགའ་བཞིན་དུ་བཤགས་པ་བྱ་དགོས། ཡང་ཆི་ལམ་འདི་རྣམས་ཐམས་ཅད་ཆི་མི་  
 དགོས་ཏེ། གཙང་པ་ནམ་མཁའ་རིན་ཆེན་གྱིས། རྒྱིག་པ་སྦྱང་པ་ལ་ཁྱེས་ན་འདི་



ཐམས་ཅད་མི་མི་དགོས། གཅིག་གམ་གཉིས་སམ་གསུམ་འབྱུང་ནས་མིས་ན་དག་  
 པའི་རྟགས་ཡིན་གསུངས་འདུག དེ་ཡང་རྟེན་གྱིས་སྟོབས་གྱི་སྐབས་སུ་སྐབས་འགྲོ་  
 བྱས་པས་ཤིག་པ་དག་པའི་སྐབས་བྱེད་དུ་སྤར་གྱི་པག་གི་རྟོགས་བརྗོད་ཀྱང་དེ་དགོས་  
 ལ། དེ་བས་ན་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཤིག་པ་སྦྱོང་བར་བྱེད་ན་སྐབས་སེམས་ལ་བརྟེན་  
 བས་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་རྟེན་གྱི་སྟོབས་སུ་བཤད་པ་ཡིན། དེའི་  
 རང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་སྟོབས་ཆེ་སྟེ། ཤིག་པ་སྟོབས་ཆེན་ཤིང་ཉུ་མི་བཟད་པ། །  
 དེ་ནི་རྟོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་མིན་པ། ། དགེ་གཞན་གང་གིས་བྱིས་གཞོན་  
 པར་བྱས། ། ཞེས་སྦྱོང་འཇུག་གི་ལུང་དངས་པ་ལྟར། གཞན་ཡང་དེ་ཉིད་ལས།  
 དེས་ནི་དུས་མཐའི་མེ་བཞིན་ཤིག་ཆེན་ནམས། ། སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་ལྷུང་དུ་  
 བསྐྱེད་པར་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན་པས་ད་ལྟ་ནས་འབྱུངས་དགོས། དེ་ཡང་  
 སྐབས་སེམས་བྱེད་དགོས་པ་ཡང་། ལ་ལའི་ཚུལ་བྱིམས་བདེ་བ་སྟེ། ། ལ་ལའི་ཚུལ་  
 བྱིམས་སྐྱུག་བསུལ་ཡིན། ། གསུངས་པ་ལྟར་སྐབས་འགྲོའི་སྟོན་པ་སྤངས་པ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ཉེས་པ་ཆེན་པོ་བྱང་བ་ཡིན་པས་བཤགས་པ་ཡང་སྐབས་འགྲོ་ལ་བརྟེན་  
 བས་བྱེད་དགོས་པ་ནི་འགྲེལ་ས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ལངས་དགོས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་  
 ཡང་བཤགས་པའི་ཆོ་ཀྱན་སྦྱོང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་མ་བུལ་བ། དངོས་གཞིའི་  
 དུས་བཤགས་ལུལ་བཤགས་བྱ་བཤགས་མཁན་ཏེ་ཤིག་པའི་འཁོར་གསུམ་མི་  
 དམིགས་པར་བསམས་པ། མཇུག་བཤགས་པའི་དགེ་བ་རྟོགས་བྱང་དུ་བསྐྱོད་བ་  
 གསུམ་ཆང་ན་ལམ་ཤེས་གྱི་ཉམས་ལེན་ཡང་དེ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་སྐྱེས་བུ་ཆུང་  
 དུའི་རྟོགས་པ་སྐྱེས་པའི་ཆད་ནི། སྤར་འཇིག་རྟེན་འདི་དོན་གཉིས་ཤུགས་དྲག་པོ་  
 ཡོད་པའི་སྤྱོད་ཕྱི་མ་དོན་གཉིས་གྱི་སྤྱོད་འོ་བོར་གོ་ས་འཕོས་པའི་ཆོ་བསམ་པ་དེ་སྐྱེས་  
 པ་ཡིན། དེ་ནས་ཀྱང་ད་དུང་། ཡང་དང་ཡང་དུ་སེམས་པ་དང་། ། མཇུག་དང་  
 དེས་རྟོག་སྟོན་པའི་ལམ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡང་ཡང་སྟོན་དགོས་ལ། དེ་



ཡང་གཙོ་བོར་སྐྱེས་བྱ་འབྱེད་གི་ལམ་སྒྲིལ་ཁིང་ལམ་འདི་ཡང་དེའི་ཡན་ལག་དུ་གོ་  
 བར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་རྒྱུད་དུ་འཛིན་ལམ་སྒྲིལ་པས་སྐྱེས་བྱ་གྱིས། འདུན་དང་ཞེ་  
 རྒྱུད་འཇིགས་པ་དང་། ། རྒྱུད་པས་གང་ཞིག་ཆོས་མི་འདུའ། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་འགྲོ་བ་བཞིས་ཆོས་ལས་མི་འདུའ་བ་དགོས། དེ་ཡང་དཔེར་མཆོན་ནས་བྱ་ན།  
 ཤ་ཟ་འདོད་ནས་ལྷག་བསད་ན་འདུན་པས་ཆོས་ལས་འདས་པ་ཡིན། ཆོག་པ་  
 གཟས་ནས་བསད་ན་ཞེ་རྒྱུད་གི་ཆོས་ལས་འདས་པ་ཡིན། ལྷག་བསད་པ་ལ་ཞིག་པ་  
 མེད་སྒྲིལ་པ་དང་། མཆོད་སྐྱེན་གྱི་ཕྱིར་མ་བསད་ན་ཞིག་པ་ཡོད་སྒྲིལ་ནས་བསད་ན་  
 རྒྱུད་པས་ཆོས་ལས་འདས་པ་ཡིན། རང་ལ་རང་དབང་མེད་བཞིན་དུ་མི་གསོད་  
 དཀའ་མེད་བྱུང་ནས་བསད་ན་འཇིགས་པས་ཆོས་ལས་འདས་པ་ཡིན་པས་དེའི་  
 དབང་དུ་མ་བཏང་བར་ཤ་ཟ་འདོད་པ་དང་ཆོག་པ་གཟས་པ་དང་ཞིག་པ་མེད་སྒྲིལ་  
 པ་དང་། རང་དབང་མེད་པ་ཅི་བྱུང་ཡང་མ་བསད་པར་བཞག་ན་འགྲོ་བ་བཞིས་  
 ཆོས་ལས་མི་འདུའ་བ་རང་ཡིན་གསུངས། ལོག་རྟོག་སེལ་བའི་སྐབས་མངོན་མཐོན་གི་  
 འཁོར་བའི་ཕུན་ཆོགས་ཡིན་པས་དེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་མི་རིགས་སོ་སྒྲིལ་ན། འདི་ནི་  
 གནས་སྐབས་སུ་ལམ་སྒྲིལ་པའི་རྟོན་ལ་མེད་མི་རུང་དུ་མཐོང་ནས་དོན་དུ་གཉེར་བ་  
 ཅམ་ཡིན་ཅིང་གནས་སྐབས་ཀྱི་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་དང་། མཐར་ཐུག་གི་དོན་དུ་  
 གཉེར་བྱ་མི་གཅིག་པས་སྐྱེན་མེད། འདི་ལ་བཞིན་ནས་མཐར་ཐུག་གི་དོན་ཆེན་པོ་  
 རྟོན་པས་འདི་གནས་སྐབས་སུ་དོན་དུ་གཉེར་དགོས་ཏེ། སྐྱེད་འཇུག་ལས། མི་ཡི་  
 སྐུ་ལ་བཞིན་ནས་ནི། ། ཞེས་སོགས་ཁྱུས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། དེར་མ་ཟད་མངོན་  
 མཐོན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་མིན་ཏེ། མངོན་མཐོན་ལྷན་ཕུན་ཆོགས་  
 མཐར་ཐུན་ཆུ་ལ་བའི་གཟུགས་སྐུ་ཡོད་པས་སོ། ཞེས་གསུང་བར་མཇུག་དོ། གྱེ་མ་  
 བདག་ནི་འདི་འདུའི་གདམས་ངག་དང་། ། མཇུག་ཁིང་མཆོན་ལྟར་སྐྱེས་ཆེས་  
 བཟུང་ཡང་། ། དོན་མེད་བྱ་བས་ཉིན་མཆོན་འདུའ་བྱེད་པ། ། བསམ་བཞིན་ངོ་རེ་



གནོད་པོ་སྒྲ་མ་རྒྱུ། ། འོན་ཀྱང་ཟབ་རྒྱས་དམ་ཆོས་བདུད་ཅིའི་བཅུད། ། རྩོན་མེད་  
 འདི་འདྲ་ལྷོང་བའི་སྒྲ་ལ་བཟང་ནི། ཐོག་མེད་དུས་ནས་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་  
 གིས། ། ལྷབས་ཆེན་བསོད་ནམས་བསགས་པའི་འབྲས་བུར་ངེས། ། བཤེས་  
 གཉེན་དམ་པ་སྦྱི་བོའི་རྒྱན་དུ་མཛེས། ། ཟབ་རྒྱས་དམ་ཆོས་མགིན་པའི་ལམ་དུ་  
 མཛེས། ། ཉམས་དང་རྟོགས་པས་ཐུགས་རྟག་དུ་མཛེས། ། འདི་འདྲའི་  
 གྲོགས་བཟང་དང་འགྲོགས་ད་རེས་ཅམ། ། དེ་ཕྱིར་རྗེ་བཙུན་སྒྲ་མའི་གསུང་གསང་  
 མཆོག་། རི་མོར་བགྱིས་པའི་དགེ་བ་ཅི་ཡོད་དེས། ། བདག་དང་མ་རྒྱན་སེམས་  
 ཅན་མ་ལུས་པ། ། བཤེས་གཉེན་དམ་པས་རྗེས་སུ་འཛིན་པར་ཤོག། དེའི་མཐུས་  
 མི་རྟག་འཆི་བའི་ངང་ཚུལ་དང་། ། དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་རྟེན་དཀའ་རྒྱུད་བསྐྱལ་  
 ཏི། ། སྤྱིང་ནས་དཀོན་མཆོག་སྐྱབས་སུ་བསྟེན་པ་དང་། ། དཀའ་རྟག་སྤྱི་ཞིབ་སྒྲང་  
 དོར་བུས་པར་ཤོག། བྱད་པར་གཉེན་པོ་རྒྱུད་རིང་སྟོབས་ཆེ་བ། ། སྟོབས་བཞི་  
 ཆང་བའི་བཤགས་སྒྲིམ་ཤུགས་དྲག་གིས། ། རྒྱུད་དང་སྤྱི་ལྟངས་མ་འདྲེས་ནམ་དག་  
 པའི། ། ཚུལ་བྱིམས་གཅང་པའི་ཆད་དུ་འབྱོལ་བར་ཤོག། དེ་ལྟར་སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་  
 དུའི་ལམ་རིམ་གྱི། ། དོན་ལ་བདག་སྒྲོའི་ཆལ་གྱིས་རབ་འབད་ཀྱང་། ། འབྲུལ་གང་  
 མཁས་པའི་སྦྱོར་སྒྲུབ་བཤགས་བགྱི་ཡིས། ། བདག་ལ་སྦྱིབ་མེད་འཇུག་བར་མཛད་  
 དུ་གསོལ། ། ཞེས་པ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་དུ་དང་  
 ཐུན་མོང་པའི་གསུང་བཤད་རགས་པ་རྗེས་སོ། །

༡༡། ། རྗེ་བཙུན་དམ་པའི་ཞབས་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ། སྦྱོས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་  
 མོང་བའི་གསུང་བཤད་ནི། འོ་ན་སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་རྟོགས་པ་དེ་  
 ཅམ་སྦྱོས་པས་ཆོག་གམ་ཞེ་ན། དེས་མི་ཆོག་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་ལ་སྦྱོབ་  
 དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་སྦྱོས་བྱ་རྒྱུ་དུ་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་དེ་ཅམ་གྱིས་ཆོག་པར་  
 འཛིན་པའི་སྒྲོ་དོར་དགོས་སོ། དེ་ཡང་འཁོར་བ་ཐམས་ཅད་སྦྱག་བསྐྱལ་གྱི་རང་



བཞིན་དུ་ཤེས་ནས་ཐར་པ་དོན་གཉིས་གྱི་སྒྲོ་བསྐྱེད་དགོས་ལ། ཐར་པ་ཡང་འཁོར་  
བར་བཅིངས་པ་ལས་ཐར་པ་ལ་ཟེར་ཞིང་། འཁོར་བར་བཅིངས་ཚུལ་ནི། འཆིང་  
ཉིད་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན། བཅིངས་པའི་ངོ་བོ་སྤྱག་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན།  
དེས་ན་དེ་ལས་ཐར་པའི་ཐབས་ལ་གཉིས། སྤྱག་བདེན་འཁོར་བའི་ཉེས་དམིགས་  
བསམ་པ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་འཁོར་བའི་འཇུག་རིམ་བསམ་པའོ། འོ་ན་སྤྱག་  
བདེན་འབྲས་བྱ་དང་། ཀྱན་འབྱུང་རྒྱ་ཡིན། འགོག་བདེན་འབྲས་བྱ་དང་། ལམ་  
བདེན་རྒྱ་ཡིན་ཅིང་རྒྱ་སྤྱེལ་འབྲས་བྱ་ཕྱི་བ་ཡིན་པ་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་རྒྱ་གཉིས་  
རྗེས་ལ་བཞག་ནས་འབྲས་བྱ་གཉིས་སྔོན་ལ་གསུང་བ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ནི་སྤྱག་  
བདེན་གྱི་ཉེས་དམིགས་བསམ་པའི་དབང་གི་དེ་ལྟ་བུའི་ཉེས་དམིགས་དེ་གང་ནས་  
ཡོང་བ་ཡིན་སྟུང་དུ་རྒྱ་ཅོད་བཅད་པ་ན། ཀྱན་འབྱུང་ཡིན་པར་མཐོང་བར་བྱ་བའི་  
ཕྱིར་བདེན་བཞིའི་དང་པོར་སྤྱག་བདེན་དང་། དེ་ནས་ཀྱན་འབྱུང་གསུངས།  
ཀྱན་འབྱུང་སྤངས་པའི་འགོག་པ་དེ་བདེ་བ་ཅན་དུ་བྱུང་བར་མཐོང་ནས་དེ་འགྲུབ་  
ཉིད་ཀྱི་རྒྱ་གང་ཡིན་བཟླ་པ་ནི། ལམ་བདེན་ཡིན་པར་བཟླ་ན་པའི་ཕྱིར་འགོག་  
བདེན་དང་ལམ་བདེན་གྱི་གོ་རིམ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུང་། འདི་ནམས་  
དཔུང་སྟོན་ཡིན་ཡང་སྟོན་རྒྱུའི་དམིགས་པ་དེ་དག་ལས་གཞན་པའི་དགེ་མི་དགེ་ལུང་  
མ་བཟླ་ན་གང་ལ་ཡང་མི་བཏང་བར་ཞེས་སྟགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་འདིར་འཛོག་སྟོན་དང་  
དཔུང་སྟོན་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་དཔུང་སྟོན་གཙོ་བོ་ཡིན་ཀྱང་དེའི་སྔོན་དུ་འཛོག་སྟོན་  
ཕན་བྱ་རེ་དགོས་ལ་དེའི་ཚུལ་ཡང་སྔོན་དུ་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་ལ་མཚོན་ན། དེ་ནི་ལྟར་  
སྟོན་པའི་ལམ་གྱི་གངས་དང་གོ་རིམ་སྟགས་དང་། ཀྱན་སྤྱོད་ལ་རྟོག་དཔྱད་ཉིད་  
ཅིང་དེ་ལ་རུང་བཟད་རེ་མཉམ་པར་བཞག་དགོས། དེ་ནི་འཛོག་སྟོན་ཡིན་པས་ཞི་  
ལྷག་རྗེས་མཐུན་པ་ཅན་ཡིན་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་དཔུང་སྟོན་ཉིད་པ་དེའི་འབྲས་བྱ་ལྟ་  
བྱར་འགོ། སྐབས་འདིར་ཞི་ལྷག་རྗེས་མཐུན་པ་ལྟ་བུར་ལམ་གྱི་ངོ་བོ་ལས་གཞན་དུ་



345



བ་ན་ཐབས་དེ་ལ་འབད་དགོས་གསུང་། ཡང་རྒྱུད་སྒྲ་དར་ཁྱིམ་དུ། དབང་ཚོན་  
 གྱིས་ཐར་པ་དོན་གཉེར་གྱི་སྒྲ་སྒྲེ་བ་ལ་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་དགོས་སོ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། དཔེར་ན་རང་ཉིད་མགོ་ན་བ་ལྟ་བུ་ཞིག་བྱུང་ན་དེ་ཉིད་སྤྱག་བསྐལ་ཡིན་ལ།  
 དེ་ཡང་མགོ་ན་བའི་རྒྱ་ཞིག་བསགས་པའི་འབྲས་བྱུ་ཡིན། ལས་དེ་ཡང་ཉོན་མོངས་  
 ཞིག་གིས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་པས་དེ་ཉིད་སྟོང་དགོས་ལ། དེ་ཡང་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་ཚོངས་  
 པའི་མ་རིག་པ་ཡིན་ཅིང་། དེ་ནི་རང་ཡུལ་བདེན་པར་མེད་པ་ལ་བདེན་གྲུབ་དུ་  
 འཛིན་པའི་སྒྲོ་ཡུལ་ལ་ཕྱིན་ཅི་ལོག་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་པས། དེའི་འཛིན་སྐྱངས་ཀྱི་  
 ཡུལ་མེད་པའི་གོ་བ་རྣམ་དག་གཤ། གོ་བ་རགས་པ་ཅམ་ཆགས་པར་བྱས་ནས་ཐར་  
 པ་ལ་དོན་གཉེར་སྒྲེ་བ་ཐར་པ་དོན་གཉེར་དབང་ཚོན་གྱི་ལུགས་ཡིན། དེ་ནི་སྒྲིམ་བྱ་  
 འབྲིང་གི་ལམ་གྱི་མཐེལ་ཡང་ཡིན། དེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་  
 སེམས་རྩེ་གཅིག་པའི་ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་། དེ་ཡང་ལྷག་པ་ཚུལ་བྲིམས་  
 གྱི་བསྐྱབ་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྱུང་བས་ན་ན་ཉན་ཉམས་སྤྱང་བར་སྐབས་སྤྱབ་བས་  
 པ་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་འདི་ལ་ན་ན་ཉན་ཉམས་དགོས་ཏེ། དཔེར་ན་ཡུལ་བལྟ་  
 མཁན་མིག་ཡིན་ཀྱང་། དེས་གཞུགས་གསལ་བར་མཐོང་བ་ལ་གཞུགས་དེ་ལག་པ་  
 ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་མཐུན་དུ་བྱེར་ནས་མ་ཡོང་བར་རྒྱུ་རིང་ཞིག་དུ་བཞག་ན་གསལ་  
 བར་མི་མཐོང་བས་ལག་པས་མིག་རྩེ་བྱེར་ནས་བལྟ་དགོས། དེ་ཡང་དཔུང་པ་  
 ཐང་པོ་མེད་ན་ལག་པ་འདར་ནས་གསལ་བར་མཐོང་མི་བྱུང་པས་དཔུང་པ་ལ་སྒྲོན་  
 མེད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་དེ་མཐོང་རྒྱུའི་གཞུགས་དང་འདྲ།  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་བལྟ་བྱེད་ཀྱི་མིག་དང་འདྲ། ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་  
 གཞུགས་མཐུན་དུ་སྒྲེལ་མཁན་གྱི་ལག་པ་དང་འདྲ། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་དེ་  
 དཔུང་པ་དང་འདྲ་བས་འདི་མེད་ན་ལག་པ་ལྟ་བུ་དེ་སྟོང་པའི་གཞི་མེད་པ་སྐྱེས་  
 འདི་གོང་མ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གཞི་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་རྟོག་པར་བྱས་ནས་ལག་ལེན་དུ་



འདི་བས་དགོས། དེ་ཡང་བྱང་ན་ལག་པའི་དབྱང་མགོ་ནས་བཟུང་མཛུ་བ་མའི་ཆོག་  
 ཚུན་ཆད་ལ་སྒྲིན་མ་ཤོར་བ་ལྟ་བུའི་ཚུལ་གྱི་ཡན་ལག་ཕྱ་མོ་ཚུན་ཆད་ཀྱང་མ་  
 ཉམས་པའི་ནམ་པར་དག་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མིན་ཀྱང་དབྱང་པ་ལ་སྒྲིན་མེད་པའི་  
 ཆོད་ཀྱི་པམ་པས་མ་གོས་པ་ཞིག་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་གསུང་། ཡང་འཁོར་བ་  
 མཐའ་དག་ལ་ཞིན་པ་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་སྒྲི་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྒྲི་བའི་སྤྱག་  
 བསལ་ལ་སོགས་བསམས་ནས་སྤྱག་བསལ་ལ་ཞིན་ལོག་སྒྲིས་ན་འཁོར་བ་ལས་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བ་རང་ག་ཤིས་ཀྱི་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ལ་སྒྲི་ཀ་ན་འཆིའི་སྤྱག་བསལ་བརྒྱད་པོ་རེ་  
 རེ་ལ་ལྷ་ལྷ་སྟེ་བརྒྱད་ལྷ་ལྷ་བརྒྱད་བཞི་བཅུ་ཐམ་པ་སྒྲིམ་རྒྱ་ཡོད། དེ་ཡང་མངོན་  
 མཐོའི་ལུས་ཉེན་འདི་ཡང་སྤྱག་བསལ་གྱི་རྫོང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། དེའི་སྤྱག་  
 བསལ་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་སྒྲི་ཀ་ན་འཆི་བཞི་པོ་དེ་བྱུང་གཞིར་བཟུང་ནས་བྱུང་ཆོས་སྤྱག་  
 བསལ་ལྷ་རེ་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཡང་འཁོར་བ་འདི་ལ་ངེས་པར་འཇིགས་ཐུབ་པ་ཞིག་དགོས་  
 ཏི། དགོ་བཤེས་སྤང་རི་ཐང་པས། གཏིང་དང་མཐའ་མངོན་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཞིད་  
 བ་གཏིང་དང་མཐའ་མི་མངོན་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལ་ཅིའི་བྱུར་མི་ཞིད། ཅེས་གསུངས་  
 ཤིང་། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སྤྱགས་ཀྱི་སྤང་པོས། གཏིང་མཐའ་མེད་པའི་འཁོར་བ་  
 བོ། ། རྒྱ་མཚོའི་ནང་ན་ནམ་པར་གནས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རྒྱ་མཚོ་པལ་  
 པ་དང་མི་འདྲ་བའི་ཤིན་ཏུ་འཇིགས་སུ་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོ་ཡིན་པ་དང་།  
 གཞན་ཡང་དགོ་བཤེས་སྤང་རི་ཐང་པས། འཁོར་བ་འདི་སོས་དུས་མེད་པའི་ནད་  
 པ་དང་། ཐར་དུས་མེད་པའི་བཅོན་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་འདི་ལ་  
 འཇིགས་དགོས། འོ་ན་འཁོར་བ་སྤྱག་བསལ་གྱི་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་ཡིན་ན་འཁོར་བ་དེ་  
 གང་ཡིན་སྟུམ་ན། རང་ཅག་ནམས་ཀྱིས་སྤངས་པའི་ཟག་བཅས་ཉིན་ལེན་གྱི་ཕུང་  
 པོ་ལྷ་པོ་དེ་འཁོར་བ་ཡིན། དེ་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བའམ་དེ་ལ་ལྷན་པའི་སྒྲི་བའི་སྤྱག་  
 བསལ་ལ་ལྷ་ཡོད་པའི་དང་པོ་སྒྲི་བ་སྤྱག་བསལ་དང་ལྷན་པས་སྤྱག་བསལ་བ་ནི་སྒྲི་



བའི་དུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྐྱེ་བ་གནས་ངན་ལེན་དང་ལྡན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་བ་  
 བྱིས་ནས་གནས་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། སྐྱེ་བ་སྤྱག་བསྐྱེད་གྱི་གནས་སུ  
 བྱུར་པ་དང་། སྐྱེ་བ་ཉོན་མོངས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱུར་པ་གཉིས་ནི། སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་  
 ལ་བཞེན་ནས་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ཀྱན་འབྱུང་བ་དེན་པ་གཉིས་ཀྱི་འབྱུང་གནས་ལྟ་བུར་  
 བྱུར་པ་དང་། སྐྱེ་བ་མི་འདོད་བཞིན་དུ་འབྲལ་བ་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་  
 ནི། སྐྱེས་ནས་འཇིག་པའི་དུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གྲ་བ་སོགས་  
 གཞན་ལ་ཡང་རིགས་འགྲེ་བས་མདོར་ན་འཁོར་བ་འདི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 གཞི་ཉོན་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བའི་ས་བོན་དང་འབྱུང་གནས་སུ་བྱུར་  
 པ་ཏྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་འཁོར་བར་སྐྱེ་བ་སྤངས་པ་དེ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འབྱུང་  
 གནས་སོགས་ཡིན་པ་ལ་ཞེན་པ་གཏིང་ནས་ལྷག་པའི་ངེས་འབྱུང་མེད་ན་སྐྱེས་ཀྱི་  
 འབྱུང་གི་ལམ་ཡོང་ས་རང་མེད་པས་འདི་རྣམས་ངེས་པར་ཡང་དང་ཡང་དུ་བསམས་  
 དགོས། དག་སྒྲོང་གི་སྒྲོམ་པ་ལེན་པའི་ཆེ་པ་གྱུར་སྒྲོང་དུ་ཉིང་བ་འཇོག་པ་ཡང་  
 འཁོར་བ་ལས་འཕགས་དགོས་པའི་དོན་ཡིན་གསུང་ངོ་། །།



## ཉིན་ཉིན་བྱུག་པ།

ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་མདོ་མེད་དོན་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་ལས། ལུས་འདི་རྩ་སྟོད་  
 འདྲ་བར་རྟོགས་བྱ་ཞིང་། ། དེ་བཞིན་ཆོས་རྣམས་སྒྲིག་སྒྲུ་འདྲར་ཤེས་ནས། །  
 བདུད་ཀྱི་མེ་རྟོག་མཆོན་ནི་འདིར་གཙོད་པ། ། འཆི་བདག་རྒྱལ་པོས་བཏྲར་ཡང་  
 མེད་པར་འགྲོ། ། ཞེས་པའི་ལུང་འདྲེན་དང་འབྲེལ་བའི་སྟོན་འགྲེལ་གསུང་བཤད་  
 སྦྱིད་དང་། བྱད་པར་དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་རིག་སྦྱད་མང་དུ་སྦྱ་བྱེད་ཀྱང་། ། བག་  
 མེད་མི་དག་དེ་ལྟར་བྱེད་མི་འགྱུར། ། དཔེར་ན་ཕྱགས་རྩིས་གཞན་གྱི་ཕྱགས་  
 བཟངས་ལྟར། ། དེ་དག་དགེ་སྦྱོང་སྐལ་བ་ཐོབ་མ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
 བག་མེད་པའི་མི་འགའ་ཞིག་ཁ་ནས་རིག་པར་སྦྱད་པའི་ཆོས་མང་དུ་སྦྱ་བར་བྱེད་  
 ཀྱང་དོན་ལག་ལེན་དུ་མི་འགྲེལ་བ་ནི། དཔེར་ན་ཕྱགས་རྩིས་ལ་ཕྱགས་རྣམས་ཀྱི་པ་བྱ་  
 དང་སྦྱི་བའི་ལོ་དུས་སྐབས་བདག་པོ་ལས་ངས་པ་ཡོང་ཡང་། དེ་ནས་སྦྱ་ཉག་མ་  
 གཅིག་ཀྱང་ལོངས་སྦྱོང་དབང་མེད་པ་ལྟར། དེ་འདྲ་བའི་མི་དེ་དགེ་སྦྱོང་གི་སྐལ་བ་  
 མ་ཐོབ་པར་གསུངས། ཡང་དེ་ཉིད་ལས། གལ་ཏེ་རིག་སྦྱད་ཀྱང་དུ་སྦྱ་བྱེད་  
 ཀྱང་། ། ཆོས་ཀྱི་རྩིས་སྦྱོང་ཆོས་ལ་སྦྱོབ་པ་དང་། ། འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་གཏི་ལྷག་  
 སྦྱོང་བྱེད་པ། ། དེ་དག་དགེ་སྦྱོང་སྐལ་བ་ཐོབ་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་ཏེ།  
 ཡང་འགའ་ཞིག་རིག་པར་སྦྱད་པའི་གཏམ་ཀྱང་དུ་ལས་མི་སྦྱ་ན་ཡང་། ཆོས་ཀྱི་ཆོག་  
 གི་རྩིས་སྦྱོང་ཀྱི་དོན་ལ་སྦྱོབ་ཅིང་། ཉོན་མོངས་པ་དུག་གསུམ་ལ་གཉེན་པོ་བཞེན་  
 བས་སྦྱོང་བར་བྱེད་པ་དེ་དག་གིས་དགེ་སྦྱོང་གི་སྐལ་བ་ཐོབ་པར་གསུངས། དགེ་  
 བཤེས་ཤུ་བོ་སྤང་པས། རྩེ་སྦྱོང་མང་དུ་བཤད་ཀྱང་། བྱང་དུ་མ་བསམས་ན་ཆོག་  
 ཐོས་པ་མང་གིན་སྒྲར་བྱར་སོང་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། གང་



ཤེས་རྒྱུད་ལ་སྒྲོར་བའི་ཉམས་ལེན་ཞིག་མེད་ན་ངེ་ཙམ་བཤད་ཀྱང་མི་ནག་ཆོས་གྱི་ལོ་  
 རྒྱས་མཁན། ཆོས་དང་སྤྲུལ་མས་དེ་ལྟར་བཤད་ཀྱང་དེ་འདྲ་མི་དགོས་ཟེར་སྒྲོ་བྱེད་  
 ཅིག་ཡོང་བས་དེ་མ་སོང་བ་གལ་ཆེ་སྟེ། དཔེ་ཆོས་ལས། བྱད་མེད་ཁྱོ་གསུམ་འགྲེམ་  
 པ་དང་། ། བྱ་ནི་རྟེ་ལས་ཤོར་བ་དང་། ། བན་བཅུན་ཆོས་ལས་བྱེད་པ་གསུམ། །  
 གཡོ་ཡི་ནང་ན་འདི་གསུམ་དང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། བྱད་མེད་ཁྱོ་ཕོ་གསུམ་  
 འགྲེམ་པ་དེ་བྱེད་མོ་སྒྲོ་དན་གཡོ་ཙན་ཞིག་དུ་འགྱུར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་དེར་མ་ཟད་རྒྱ་  
 མཚོའི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ནས་སྒྲོམ་རིར་ཤི་བ་དང་། ཁ་ཟས་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ནས་  
 ལྟོགས་རིར་ཤི་ན་དེ་ལས་ཐབས་སྟག་པ་ཅི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་ཆོས་གྱི་རྒྱ་  
 མཚོར་གནས་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་རྒྱ་ཐིག་གཅིག་ཀྱང་མ་ལྷོང་བ་དང་། ཆོས་གྱི་ཟས་  
 སྤུན་སྟུམ་ཆོགས་པའི་དབྱས་སུ་བསྐྱེད་ནས་ཉམས་ལེན་གྱི་རོ་མ་ལྷོང་བར་ཤི་ན་དེ་  
 ལས་ཐབས་སྟག་པ་མེད་པས་དེ་མ་སོང་བ་བྱེད་དགོས། དེས་ན་དཔེར་ན་རྒྱལ་ར་  
 ཆང་མ་འདྲི་དུ་ཤི་བ་དེས་བྱེད་ཁ་ནས་མ་ཟས་ན་ཆང་མ་དུས་གཅིག་ལ་ཁའི་ནང་དུ་མི་  
 ཤོང་པས་ཟུར་ནས་རིམ་གྱི་ཟ་བ་ལྟར། ད་རེས་ལམ་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཉམས་ལེན་བྱ་  
 འདྲི་དུ་ཤི་དང་། དང་པོ་རྒྱལ་རའི་ཟུར་དང་འདྲ་བའི་སྤྱི་བྱ་རྒྱུད་འབྲིང་གི་ལམ་ནས་  
 རིམ་གྱིས་ཉམས་སུ་ལེན་དགོས། དེས་ན་སྤྱི་བྱ་སྤྱི་བྱ་རྒྱུད་དུ་འཛིན་ལམ་གྱི་ཉམས་  
 ལེན་དེ་དག་མ་བརྟེན་པར་ཕྱག་ལེན་ལ་བསྐྱེད་ཐོག་སྤྱི་བྱ་འབྲིང་གི་སྐབས་རང་  
 ཅག་གིས་སྤངས་པའི་འཁོར་བ་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ལྟ་བུ་འདི་དང་། གཟུགས་མེད་  
 པས་མིང་གཞིའི་ཕུང་པོ་མ་སྤངས་ན་ཕྱི་ལ་གསོག་པའི་གཞི་མི་འདུག་ཀྱང་འདི་  
 སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཕྱི་ལ་ཐམས་ཅད་བསགས་འདུག་པས་ཕུང་པོ་འདི་ཕྱི་ལ་  
 པའི་རང་བཞིན་ཡིན་གསུངས། ཡང་དགེ་བཤེས་པོ་རྟོ་བའི་གསུང་ལས་འབྱུང་བ་  
 ལྟར་དཔེར་ན་མི་གཅིག་གིས་དུག་དང་སྤྲུལ་དང་ཟས་གསུམ་ཀ་ཐོས་ན། དེས་སྤྲུལ་  
 སྤངས་ནས་ཐོས་ཀྱང་དུག་གིས་ཐམས་ཅད་ལ་བྱལ་ནས་ཤི་འགྲོ་བ་ལྟར་རང་ཅག་གིས་



ཀྱང་ཆོས་སྒྲུབ་དང་། བཏང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་དང་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་རེ་ཆོས་ཀྱང་སྒྲིག་པ་  
 མི་དགེ་བའི་དུག་ཤས་ཆོས་པས་ནག་པོ་འབའ་ཞིག་ཏུ་སྤང་། དེ་འདྲའི་མི་དེ་སྒྲུབ་པ་  
 མཁས་པ་ཞིག་ལ་བསྟེན་ནས་སྒྲུབ་པ་དེས་དུག་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐྱགས་སུ་བཅུག  
 ཟས་གང་ཡིན་སྒྲུབ་དུ་བསྐྱར། སྒྲུབ་གང་ཡིན་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་ཅིར་བསྐྱར་ན།  
 བད་པ་དེ་ལས་དོན་ཆེ་བ་དང་། སྒྲུབ་པ་དེ་ལས་དྲིན་ཆེ་བ་ཅི་དགོས། དེ་བཞིན་དུ་  
 རང་ཅག་ནམས་ཀྱང་སྒྲུབ་མ་མཆོན་ལྟ་དང་མཇུག་བཞིན་དུ་རང་དགར་མི་སྤྲོད་བར་  
 གདམས་ངག་གི་སྒྲུབ་ལེན་པའི་དུས་ཡིན། དེ་ཡང་སྐྱེས་བུ་ཆུང་དུ་འོས་པས་སུ་  
 བཤགས་སྤྲོམ་ནམ་དག་བྱས་ནས་སྒྲིག་པའི་དུག་ཐམས་ཅད་སྐྱགས་སུ་བཅུག  
 འབྲིང་གི་སྐབས་སུ་ཟས་དང་འདྲ་བའི་ཟག་བཅས་དགེ་བའི་ལས་ནམས་སྒྲུབ་དང་  
 འདྲ་བའི་ཟག་མེད་ཀྱི་ལས་སུ་བསྐྱར། ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་ཟག་མེད་དེ་དག་  
 ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་འཆི་མེད་ཀྱི་བདུད་ཅིར་བསྐྱར་བ་ཡིན། དེ་  
 ལྟ་བུའི་གདམས་པ་ནམས་ལས་དུག་སྐྱག་པའི་གདམས་པ་ལུལ་ཟིན་ཅིང་། དེ་རིང་  
 བས་ཟས་སྒྲུབ་དུ་བསྐྱར་པའི་གདམས་པ་ནམས་འབུལ་བ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་རེ་ཆེ་  
 འདིའི་བདེ་སྦྱིད་སྒྲུབ་གསུམ་འདྲོད་འདྲོད་པས་ཉག་ཏུ་བསྐྱེད། སྤོང་ཤིང་བྱ་མཁན་  
 ཞིག་ཡོད་པ་ལ། དེ་ཤིང་བྱ་བའི་ས་དང་ཉེ་བར་སངས་རྒྱས་དང་། ལྷ་རིའི་བུ་  
 གཉིས་བྱོན་པ་ན། རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་ཞིག་གཟིགས་ཏེ། ལྷ་རིའི་བུས། དུག་དྲག་  
 པོའོ་ཞེས་ཞུས་པས། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དུག་ལྷུང་དུ་ཁྱབ་པའོ། ཞེས་གསུངས།  
 དེར་ཤིང་བྱ་དེས། དུག་ཇི་འདྲ་ཡོད་བསམ་ཏེ་བལྟ་བར་བྱིན་པས་གཏེར་དང་ཕྱད་  
 དེ་དེ་ལས་རིན་པོ་ཆེ་ཅི་འདྲོད་སྤངས་པས་ཤིང་བྱ་ལྷུག་པོ་བྱང་བ་ན་རྒྱལ་པོས་ཁོ་སྤྱོ་  
 བྱར་དུ་ལྷུག་པོ་འདི་འདྲ་ཡོད་བ་རིན་པོ་ཆེའི་གཏེར་བཏོན་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲུམ་ནས་ཁོ་  
 བྱང་མི་དང་བཅས་པ་ཆང་མ་བཅོན་དུ་བཅུག་པས་ཁོས་བཅོན་ཁང་ནས་ལྷ་རིའི་བུས།  
 དུག་དྲག་པོའི་གསུང་བ་ལྟར་ང་བཅོན་དུ་བཟུང་། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་དུག་ལྷུང་དུ་



ཁྱབ་པར་བྱེད་པའི་གསུང་བ་ལྟར་ནང་ཆང་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྤྲུག་པོ་འདི་འདྲ་སྤྱང་  
 དགོས་པ་བྱང་སྒྲམ་དུ་བསམ་སྒྲོ་བྱང་བ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་པས། བདེ་སྦྱིད་སྒྲམ་  
 གསུམ་གང་ལ་ཡང་དེ་འདྲ་བས་དགོས་པ་མེད་སྒྲམ་དུ་བསམས་པ་བྱས་ནས། ཕྱི་  
 ཀྱན་སྦྱོང་དེ་ཐམས་ཅད་དང་མཐུན་ཅམ་ཡིན་པ་ལ། རང་དུ་ཆེ་འདི་འདྲོད་པའི་  
 སྤྲུགས་སྤྲུས་ཀྱང་བྲིད་མི་བྱུང་བ་གཡག་ཀན་གྱི་མཇིང་པ་འདྲ་བ་ཞིག་དགོས། དེ་  
 ཡང་སྦྱི་རབས་ལས། ཀ་དང་ན་དང་འཆི་བའི་སྤྲུག་བསྐལ་དག། མཐུ་ཆེན་དགག་  
 དུ་མི་རུས་མེད་བཞིན་དུ། ། འཇིག་རྟེན་ཡ་རོལ་ཉམ་ངར་ངེས་འགྲོ་ན། ། སེམས་  
 ཤེས་སྤྱི་ཞིག་འདི་ལ་དགའ་བར་སེམས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཇིགས་པ་ཆེན་པོ་  
 དེ་དག་དྲན་པར་བྱས་ཏེ་ཆེ་འདི་འདྲོད་པ་ལ་དགའ་བར་མི་བྱ་ལ། སྦྱི་བ་ཐམས་  
 ཅད་དུ་མངོན་མཐོད་ལུས་རྟེན་རྣམ་དག་ཐོབ་པ་ལ་ཚུལ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་  
 བསྐྱང་ཞིང་། འབྲུག་བསྐྱེམས་རྒྱས་ཐེབས་པ་ཞིག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཚུལ་བྲིམས་  
 ཁོ་རང་ལ་བསྒྲོ་བའི་རྒྱས་འདེབས་བྱེད་པ་ཡིན། སྒྲོན་ཆུ་སྦྱར་ཞིག་གི་བྱ་སྤྱལ་གྱིས་  
 རྩོས་པ་ལ། སྤྱལ་གྱི་གཉེན་པོ་ནེའུ་ལེ་ཡིན་པས། རྒྱ་སྦྱར་དེས་ནེའུ་ལེ་གཅིག་ཆང་དུ་  
 བོས་པར་བརྟེན་དེས་སྤྱལ་བསད། དེ་ཁོ་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཡིན་ཀྱང་ནེའུ་ལེ་དེ་  
 སྒྲར་སྦྱིལ་རྒྱ་མ་བྱང་བས་དེས་ཁོ་རང་གི་སྤྱ་གྲུ་ཡང་རྩོས་པ་རེད། དེ་ནི་ཐབས་ལ་རྟེན་  
 བྱང་བ་ཡིན་པར་འདུག་གསུང་། ཀ་མ་པའི་ཞལ་ནས། ཀས་པ་ཁད་ཀྱིས་འོང་བས་  
 དྲག་དུས་ཅིག་ལ་འོང་ན་བསྐྱར་ཐབས་མེད་ཅེས་སྟགས་ཀྱི་སྐབས། ཀས་པ་འདི་  
 སྦྱིར་སྦྱིས་ནས་བཟུང་སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་ལ་ན་ཆོད་འཇུར་ནས་འགྲོ་བ་དེ་ཁ་ཡིན་  
 ཀྱང་ང་རང་ཆོ་ལ་སྒྲུང་བ་མ་བྱང་ཡིན། དེ་རྣམས་ཐམས་ཅད་དུས་ཅིག་དུ་འོང་རྒྱ་  
 བར་བཞག་མིག་མི་གསལ་པ་གཅིག་བྱང་ཀྱང་མི་གསལ་བའི་སྤྲུག་བསྐལ་དེ་ལས་  
 ཀྱང་འོང་དོགས་པའི་སྤྲུག་བསྐལ་ཆེ་བ་ཡིན། དེ་འདྲ་འོང་ན་སྒྲན་ཐབས་མེད་ཐག་  
 ཆོད་ཡིན་གསུངས། ཡང་ལམ་རིམ་གྱི་དཔེ་ཆ་བཟུ་རྟོགས་ལེགས་པར་བྱས་ན་ཤེལ་



གར་བཟོས་པ་ལྟར་བཅུད་མངར་བ་དང་ལྷན་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་དག་གཉིན་  
 ལ་ཡང་ངེས་པ་མེད་པ་ཡིན་པས་འཁོར་བ་འདིར་ཡིད་བཟན་བྱ་རྒྱ་མེད་དེ། བཤེས་  
 སྤངས་ལས། ས་ནི་བྱ་ཉིད་མ་ནི་ཆུང་མ་ཉིད། ། སྐྱེ་བོ་དག་གྱུར་པ་དང་བཤེས་  
 ཉིད་དང་། ། ལྷན་པ་ཉིད་དུ་མཆིས་པས་དེ་སྤངས། ། འཁོར་བ་དག་ན་ངེས་པ་  
 འགའ་མ་མཆིས། ། ཞེས་གསུངས། འཁོར་བ་དེའི་ནང་ནས་དྲག་ཤོས་ལྟ་བུ་ལྟ་  
 ཡིན་མོད། ལྟའི་ནང་གི་འདོད་ལྟ་ནི་འཆི་ཁར་འཆི་ལྟས་ཕྱག་པས་གང་དུ་སྐྱེས་  
 བཟགས་པ་ན། གཞན་པར་བཞག་མིར་སྐྱེ་བར་མཐོང་ན་ཡང་ལྟའི་འདོད་ཡོན་དེ་  
 དང་བལ་དོགས་ཀྱི་སྐྱག་བསྐལ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་དེས་བྱོད་ཀྱིས་ད་བར་བདེ་བ་དེ་ཙམ་ལ་  
 སྤྱད་སྤྱད་ནས་དེ་ལ་གཏན་ནས་ལོངས་སྤྱོད་རྒྱ་མ་བྱུང་བས་དེའི་སྐྱོན་པ་དགོས་ཟེར་  
 མཁན་འདྲ་བ་ཞིག་འོང་སྟེ། དེ་ནི་དཔུལ་བའི་སྐྱག་བསྐལ་བཅུ་དྲག་འཁྱར་ཡོད་  
 པར་གསུངས་པས་ཆེ་ཆུང་ལ་ཆད་ཅི་ཡོད། དེ་བཞིན་དུ་སྤར་བཙོན་པ་ཞིག་ལ་རྒྱལ་  
 སྤོས། བྱོད་ཏྲག་དུ་འགོ་འཕ། ཏྲག་དུ་རྫོད་དམ། ཏྲག་དུ་ཉལ་དམ། ཏྲག་དུ་  
 ལང་ངམ་ཞེས་རེ་རེ་ནས་འདམ་དུ་བཅུག་པ་ཡིན་འདུག་ཀྱང་། དེ་རྣམས་གང་བྱས་  
 ཀྱང་སྐྱག་བསྐལ་ལས་མ་འདས་པ་བཞིན་དུ་དེད་རང་ཆོ་ཡང་འཁོར་བ་འདིར་ཅི་བྱེད་  
 ཐམས་ཅད་སྐྱག་བསྐལ་ཡིན། ཡང་ང་རྒྱལ་ནི་འཇིག་རྟེན་ལ་བཞེན་ཏེ་ཞེས་པའི་དོན་  
 ནི། སྐྱེར་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་འཇིག་རྟེན་བཞེན་པ་ཡིན་ཀྱང་། འདིར་ང་རྒྱལ་  
 ལ་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི། དེ་ཉིད་ཕྱང་པོ་ཆོགས་ཙམ་གྱི་སྤྱང་ནས་ངའོ་སྟམ་དུ་མཐོ་  
 བར་འཇོན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། འཇིག་  
 ཆོགས་ལ་ལྟ་བུ་ནི། ཉིན་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་ལ་དམིགས་ནས་ང་དང་ངའི་ཞེས། བདག་  
 དང་བདག་གི་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་ཉོན་མོངས་ཅན་ནོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་  
 འཇིག་པའི་ཆོས་ཅན་ནམ་མི་ཏྲག་པ་ཡིན་པས་ན་འཇིག་པ་དང་ཕྱང་པོ་ལྟ་ཆོགས་  
 ཙམ་དེ་ཉིད་ལ་ཆོགས་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལྟ་བུའི་ཕྱང་པོ་ལྟ་འཇིག་ཆོགས་དེ་ལ་དམིགས་



ནས་ངར་འཛིན་པའི་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་འཛིན་ཆོག་ལ་ལྟ་བུ་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན།  
 བདག་ཏུ་འཛིན་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་ཐམས་ཅད་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་ཡིན།  
 དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲིན་སྒྲུག་གྱུན་གཉིས་དང་། སྒྲིན་ཅན་འཁོར་བ་འདི་བསམ་དགོས། དེ་  
 ཡང་དཔེར་མཆོད་ན། འདོད་ཆགས་ཀྱི་སྒྲིན་ནི། སྒྲིད་འཇུག་ལས། འདིར་ནི་  
 གསོད་དང་འཆིང་དང་གཅོད། ས་རོལ་ཏུ་ནི་དཔྱལ་སོགས་སྐྱབས། ། ཞེས་  
 གསུངས་ཏེ། སྒྲེ་བ་ཕྱི་མར་དཔྱལ་བ་སོགས་ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྐྱབ་  
 པར་མ་ཟད། ཆེ་འདིར་ཡང་ཞོར་ལ་ཆགས་ནས་རྒྱན་མ་བརྒྱས་ན་གསོད་པ་དང་།  
 ཐག་པ་སོགས་ཀྱིས་འཆིང་བ་དང་། ཡན་ལག་གཅོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྒྲིབ་  
 བར་གསུངས། བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་བཞིན་དུ། ། དགའ་མགུར་བདག་ལ་  
 གནོད་བྱེད་པ། ། དེ་ལ་འང་མི་སྒྲོ་བཟོད་པ་ནི། ། གནས་མིན་བཟོད་པ་སྤྲད་པའི་  
 གནས། ། ཞེས་པའི་སྐབས། བདག་གི་སེམས་ལ་གནས་ནས་བདག་ལ་དགའ་ཞིང་  
 མགུ་བའི་ཚུལ་གྱིས་གནོད་པ་ཆེན་པོ་སྤྲོ་ཆོགས་བྱེད་པ་སྤྲོད་ས་བྱས་ནས་  
 མིག་ལ་ཐལ་བ་འདེབས་པ་འདི་ནི་དགའི་དྲངས་མ་ཡིན་པས་འདི་ལ་བཟོད་པར་མི་  
 བྱེད་པར་འཐབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་ཞེ་སྤང་སྤེད་སོགས་དག་རྣམས་ནི་རྒྱང་ལག་ལ་  
 སོགས་ཡོད་མིན་ལ། ། དཔའ་མཛངས་མིན་ཡང་ཅི་ཞིག་ལྟར། ། དེ་དག་གིས་  
 བདག་བྱན་བཞིན་བྱས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འདི་དག་གི་བདག་ཅག་བྱན་  
 བཞིན་དུ་བསྐྱལ་ནས་སྒྲུག་བསྐྱལ་སྤྲོ་ཆོགས་ལ་སྒྱུར་བར་བྱེད་པ་ཡིན་ཏེ། གལ་ཏེ་ལྟ་  
 དང་ལྟ་མིན་རྣམས། ། ཐམས་ཅད་བདག་ལ་དགའ་ལངས་ཀྱང་། ། དེ་དག་གིས་ནི་  
 མནར་མེད་པའི། ། མེནང་འབྲིད་ཅིང་འཇུག་མི་རུས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ལྟ་དང་  
 ལྟ་མིན་པར་བཞག་སྒྲེ་བོ་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་རི་རྒྱལ་ལ་རྒྱབ་བརྟེན་བྱས་ནས་རྟོག་པས་  
 འཕུལ་ཡང་མནར་མེད་དུ་འགྲོ་མི་ཡོང་། ཉོན་མོངས་སྒྲིབས་ཅན་དག་འདི་ནི། །  
 གང་དང་འཕྲད་ན་རི་རབ་ཀྱང་། ། ཐལ་བ་ཡང་ནི་མི་ལུས་པ། ། དེང་བདག་རྒྱད་



ཅིག་གཅིག་ལ་འདོར། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཉན་མོངས་པ་འདིས་བདག་ངན་  
 མོང་དུ་བསྐྱར་བ་མ་ཟད་རི་རྒྱལ་ཐལ་བར་མི་ལུས་པ་བྱེད་མཁན་ཡང་ཉན་མོངས་  
 འདི་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་སེམས་ཅན་སྤྱི་མཐུན་གྱི་ལས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡོང་བ་ཡིན་ཞིང་།  
 ལས་དེ་ཡང་ཉན་མོངས་ལ་བརྟེན་ནས་གསོག་པས་བྱེད་མཁན་མཐར་ཐུག་འདི་ཡིན།  
 དེར་མ་ཟད། མཐུན་པར་རིམ་གྱི་བརྟེན་བྱས་ན། ། ཐམས་ཅད་པན་དང་བདེ་  
 བྱེད་ན། ། ཉན་མོངས་རྣམས་ནི་བརྟེན་བྱས་ཀྱང་། ། བྱིར་ཞིང་སྤྱག་བསྐྱེད་གཞོན་  
 པ་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར། དགྲ་བོ་ཐ་མལ་པ་ཞིག་ལ་ཕར་བརྟེན་མཁས་  
 བྱས་ན་རྒྱུ་དུ་བཏང་ཡོང་ཡང་། ཉན་མོངས་པའི་དགྲ་ལ་བརྟེན་ན་རྒྱུ་ཕར་  
 ལས་ཀྱང་སྤྱག་དུ་བཏང་ཡོང་གསུངས། ཡང་འདི་དེ་ཡིན་ཡང་ཞེས་པའི་སྐབས་ཉན་  
 མོངས་རྣམས་དེ་ལྟར་སྒྲིན་ཆེ་བ་ཡིན་ན་དེ་ལ་དགྲར་ཉན་རྒྱུ་ཅི་ལྟར་བྱེད་སྒྲུལ་ན།  
 ཉན་མོངས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་བྱེད་ལས་སོགས་མངོན་པ་སོགས་ནས་འབྱུང་བ་རྣམས་ངེས་  
 པར་བྱས་ཏེ་ཉན་མོངས་སྤྱི་ཐོས་རིམ་གྱིས་འདི་ལྟག་ལྟ་ཡིན། འདི་འདོད་ཆགས་ཡིན།  
 འདི་ཞེས་པ་ཡིན་སྒྲུལ་དུ་ངེས་པར་བྱས་ནས་དེའི་དབང་དུ་མི་གཏོང་བ་ཡིན་གསུངས།  
 རྒྱུ་ཞུགས་དང་བྱིར་འོང་ལ་ཡང་བདག་ཆགས་འབྱུང་མོད་ཀྱི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་  
 རྒྱུ་ཞུགས་དང་བྱིར་འོང་གཉིས་ལྟ་ངན་ལས་འདུང་བའི་ཆེ་ཡང་ཐུང་པོ་འདོར་  
 དགོས་པར་མཐོང་བ་ན་བདག་ལ་ཆགས་པ་འབྱུང་ཡང་དེ་མ་ཐག་བདེན་མེད་ཉོགས་  
 པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ངེས་པར་བྱས་ནས་དང་དུ་མི་ལེན་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་ནས་དང་པོ་སྤྱི་བའི་སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། བརྒྱུད་པ་མདོར་ན་ཉི་  
 བར་ལེན་པའི་ཐུང་པོ་ལྟ་སྤྱག་བསྐྱེད་ཞེས་པ་འདི་གཉིས་ངེས་པར་གལ་ཆེ་བ་ཡིན།  
 དེ་ཡང་སྤྱི་བ་འདི་ཁ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་བྱས་པས་ཆོག་པ་ཅམ་ཡོད་ལ།  
 དེའི་སྤྱག་བསྐྱེད་ནི་སྤྱི་བ་དང་། གནས་པ་དང་། སྤྱི་བ་སྤངས་པ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་དང་། ཉན་མོངས་རྒྱས་པར་འགྱུར་བ་དང་། འཇིག་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་



ཡང་འཆི་བའི་དུས་ཀྱིས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་དང་ཁྱད་པར་རང་གི་ལྷས་དང་སེམས་མི་  
 འདོད་བཞིན་དུ་འབྲལ་དགོས་པའི་སྤྱག་བསྐྱེད་བསམ་གྱིས་མི་བྱེད་པ་ཡིད། ཡང་སྤྱི་  
 བ་གནས་ངན་ལེན་དང་ལྷན་པ་ཞེས་པ་འདི་དང་། སྤྱག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་ནང་གི་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་འདི་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ལ། འདི་གོ་དཀའ་བས་ཅུང་ཟད་  
 རྒྱ་ན་རང་ཉིད་འཆི་བའི་ཆེ་རང་གི་ལྷས་འདོད་མི་ཤོད་པའི་ནམ་པ་ཅན་གྱི་བདག་ལ་  
 ཆགས་པ་འབྱུང་ཞིང་། དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ལེན་གཉིས་ཀྱི་ནང་གི་སྤྱི་ལོ་ཡིན། དེ་ནས་སྤྱི་  
 བ་སྤྱི་ལོ་ལེན་པའི་འདུན་པ་ཞིག་འབྱུང་སྟེ་དེ་ནི་ལེན་པ་ཡིན། དེ་གཉིས་ཀྱི་སྤྱི་ལོ་  
 གང་དུ་སྤྱི་ལོ་ལེན་གསལ་བཏབ་ནས་སྤྱི་ལོ་ དེའི་ཆེ་འདོད་གཟུགས་གང་རིགས་སུ་  
 སྤྱི་ན་སྤྱི་ལོ་ལེན་དང་། གཟུགས་མེད་དུ་སྤྱི་ན་མིང་གཞིའི་སྤྱི་ལོ་ལེན་པ་འབྲུབ་སྟེ། དེ་ནི་  
 ཉེས་ལེན་གྱི་སྤྱི་ལོ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་ལེན་པའི་ཐོག་མར་གཟུགས་ཀྱི་སྤྱི་སྤྱི་ལོ་  
 དེའི་སྤྱི་ལོ་ལེན་ཉེན་གྱི་ས་བོན་གཏན་ཆགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན། འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་འདི་ཤིན་ཏུ་སྤྱི་ལོ་ལེན་མཐོང་དཀའ་བ་ཡིན། ཉེས་ལེན་གྱི་སྤྱི་ལོ་ལེན་པ་འབྲུབ་  
 པ་འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡིན་ཀྱང་དེ་ཡིན་ནམ་ཟུབ། དེ་ཡང་ལས་དང་ཉེན་  
 མོངས་པའི་ས་བོན་གཏན་ཆགས་པར་བྱེད་པ་ཡིན་པས་ན་བྱེད་པ་དང་། ལས་  
 མཐོང་པར་འདུ་བྱེད་པས་ན་འདུ་བྱེད་ཅེས་བྱ་བ་ཡིན། ཉེས་ལེན་གྱི་དོན་ནི་སྤྱི་ལོ་  
 འདི་སྤྱི་ལོ་ལེན་དང་ཉེན་མོངས་བས་ཉེ་བར་སྤྱི་ལོ་ལེན་པའི་སྤྱི་ལོ་ལེན་པས་ན་རྒྱ་  
 མིང་འབྲས་ལ་བཏགས་པ་དང་། འདི་ལ་བཞེན་ནས་མཐོངས་པའི་སྤྱི་བ་དུ་མའི་  
 ལས་ཉེན་གྱི་སྤྱི་ལོ་ལེན་ཉེ་བར་ལེན་པས་ན་འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་བཏགས་པ་ཡང་ཡིན།  
 གནས་ངན་ལེན་གྱི་དོན་ནི། གནས་ངན་ནི་སྤྱག་བསྐྱེད་སྤྱི་བའི་གནས་ཏེ། དེ་ལེན་  
 པས་ན་སྤྱི་ལོ་ལེན་པ་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན། སྤྱི་ལོ་ལེན་པ་ལ་ཁ་སྤྱི་བཏུ་དང་ནང་བཏུ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་ཁ་ནང་བཏུ་ལེན་སྤྱི་ལོ་ལེན་ནང་ཉིང་དེ་འདྲིན་ལ་ཆགས་པའི་སྤྱི་  
 ལོ་ཡིན། དེ་ལ་བཞེན་ནས་བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྤྱི་བ་འབྲུབ། ཉིང་



དེ་འཛིན་དེ་ཡང་ངེས་འབྱུང་དང་སེམས་བསྐྱེད་གང་རིགས་ཀྱིས་མ་བྱིན་ན། རྗེ་  
 རིན་པོ་ཆེས། སེམས་ཆེར་སྲིད་པར་འཕེན་པར་བྱེད་པ་ཡི། ། ཞི་གནས་སྤངས་ཏེ་  
 ཟུང་འབྲེལ་སྒྲུབ་པར་ཤོག ། ཅེས་པའི་སྤང་བྱར་གྱུར་པ་དེ་ཡིན། ཡང་སྐྱེ་ཆ་ན་  
 འཆིའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་བསམ་པ་ལ། སྐྱེ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི་གཙོ་བོར་སྐྱེད་པའི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་དང་། ཆ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི་ཉམས་པའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། བ་བའི་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་ནི་ད་ལྟ་བདེ་ལུས་སྤྱོད་ཀྱང་སྤྱོད་ཅིག་གཉིས་པར་མི་བདེ་བའི་ངོ་བོར་  
 འགྱུར་ནས་འགྲོ་བས་འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་། འདི་སྐྱུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་  
 འགྱུར་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དང་མི་འདྲ། འཆི་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི་གཙོ་བོར་ལུས་སེམས་  
 སོ་སོར་འབྲེལ་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ཡིན། དེ་དག་ཀྱང་མངོན་མཐོའི་ལུས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 ཆོགས་པ་འདི་སྤངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པས་འདི་ནི་སྐྱུག་བསྐྱེད་མཐར་  
 ཐུག་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་ཇི་ཙམ་འབྱོར་ཡང་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་  
 རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ། བཤེས་སྤངས་ལས། ལྷ་མཆོག་ནམས་ལ་མགོ་བོ་ཇི་སྟེད་  
 པ། ། དེ་ལས་བྱུང་བའི་སྐྱུག་བསྐྱེད་དེ་རྟེན་དོ། ། ཞེས་ལྷ་ནམས་ལ་གདེངས་ཀ་  
 མེད་ན་ནི་མཁའ་མིང་གི་གཞོན་པས་སྐྱུག་བསྐྱེད། ཡོད་ན་དེ་ཇི་ཙམ་ཡོད་པ་ཙམ་གྱི་  
 སྐྱུག་བསྐྱེད་འབྱུང་བ་ལྟར་འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེ་བ་ཞིག་སྤངས་ཕྱིན་ནོར་ལོངས་སྤྱོད་  
 ཡོད་མེད་གཉིས་ཀ་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན། སྤྱོད་ཁམས་གྱི་བྱིས་པ་ཞིག་  
 གིས་ཁོ་རང་གི་ཨ་མ་ལ་སྐྱེ་སྐྱེལ་འདོད་བྱས་པས་མ་དེས་སྐྱེ་མེད་དེ་ཉུང་མ་བསྐྱེད་པ་  
 ཅིག་འདོད་དམ། ཉུང་མ་མ་བསྐྱེད་པ་ཅིག་འདོད་དམ། ཉུང་མ་བཅོས་པ་ཅིག་  
 འདོད་དམ་བྱས་པས། དེ་ཡོ་ཉུང་མ་ཡིན་ད་མི་འདོད་ཟེར་བ་ལྟར་རང་ཅག་གིས་  
 ཀྱང་དེ་ཡོ་འཁོར་བ་ཡིན་སྟུང་ནས་ཞེན་པ་ལོག་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས། ཡང་སྐྱུག་  
 བསྐྱེད་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་སྐྱུག་བསྐྱེད་ནི། དཔེར་ན་འབྲས་པོ་ལ་མིག་  
 གི་སྟེང་དུ་ཚུས་རེ་ག་པ་ལྟ་བུར་སྐྱུག་བསྐྱེད་གྱི་ཆོར་པ་ཆེན་པོ་མྱུང་བ་དང་། འགྱུར་



བའི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་འབྲས་པོལ་མིག་དེའི་སྤྱང་དུ་ཆུ་སྤྱག་ན་ཅུང་ཟད་བདེ་ཉམས་  
 འཆར་བ་ལྟར་འདི་ཡང་བདེ་བ་ཡིན་ཁུལ་ལྟ་བུར་བརྟུན་ནས་བསྐྱུ་བ་ཡིན། བྱུ་བ་  
 འདུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱག་བསྐལ་ནི་འབྲས་པོལ་མིག་ཁོ་རང་དང་འདྲ་སྟེ། འབྲས་པོལ་མིག་  
 དེ་མེད་ན་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱག་བསྐལ་དེ་དག་ཡོང་བའི་གཞི་མེད་པ་ལྟར་འདི་མེད་  
 ན་སྤྱག་བསྐལ་གཞན་གཞིས་ཡོང་བའི་གཞི་མེད་པས། ཡ་ཁ་ཁ། ད་རེས་ངས་གང་  
 གྲངས་ན། འདི་ཕྱི་རི་སྤྱག་བསྐལ་ཐམས་ཅད་སྟེར་བར་བྱེད་པའི་སྤྱག་བསྐལ་གྱི་རྫོང་  
 ཆེན་པོ་འདི་འདྲ་ཞིག་གྲངས་འདུག་སྟུང་པའི་སྒོ་ནས་ཡིད་སྦྱོར་བར་བྱ་གསུང་། ཡང་  
 སྟེན་པའི་སྐབས། ཁ་ཕྱིར་བལྟས་ཀྱི་སྟེན་པ་ལ་ཡང་ཆེ་འདིར་ཆགས་པའི་སྟེན་པ་  
 དང་། ཕྱི་མར་ཆགས་པའི་སྟེན་པ་གཞིས་ཡོད་པའི་དང་པོས་ངན་སྤང་འགྲུབ།  
 གཞིས་པས་བདེ་འགྲོ་ལྟ་མའི་གོ་འཕང་འགྲུབ། ཁ་ནང་བལྟའི་སྟེན་པས་གོང་མའི་  
 སྦྱོབ་འགྲུབ་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱིས་པ་མངལ་ནས་བཅས་མ་ཐག་པ་ལ་གསེར་སྤང་  
 རྟོང་བྱིན་དགོས། མངལ་དུ་ལན་ཅིག་འགྲོ་རོགས་ཀྱི་བྱས་ཀྱང་འགྲོ་མི་པོད་པའི་  
 ཆོད་ཅུང་གྱི་སྦྱོབ་པའི་སྤྱག་བསྐལ་བསམ་གྱིས་མི་བྱུ་བ་མངལ་སྦྱོས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་  
 སྦྱང་བ་ཡིན། ཕྱིར་བཅས་ནས་བདུན་དང་པོར་ནད་རིམས་བཞི་བརྒྱ་ཙུ་བཞི།  
 བདུན་གཞིས་པར་གདོན་རིགས་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ། བདུན་གསུམ་པར་འགོགས་  
 རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་ལུས་ལ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ནས་རེ་ཤིག་གི་བར་ལུས་  
 འཕེལ་བ་ལྟར་ཡོད་ཀྱང་རིམ་གྱིས་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་གྲུབ་ནས་ཉམས་འགྲོ་བ་ཡིན་  
 པས་འཕེལ་བའི་སྐབས་མེད། ནད་སོགས་དེ་ལྟར་བྱུང་པ་ཡང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་  
 ཡོད་པ་དེ་ཉིད་མངོན་འགྱུར་བ་ལུས་ལ་འཇུག་པ་ཅུང་ཡིན། འཆི་བའི་ཆེ་ལུས་  
 སེམས་སོ་སོར་འབྲལ་བའི་སྤྱག་བསྐལ་སྦྱོང་ཚུལ་སྤར་བྱས་ཤིང་། དེ་ནས་གཟུགས་  
 མེད་མ་ཡིན་པ་གཞན་ཞིག་དུ་སྦྱོར་བར་དོ་འགྲུབ་པ་ཡིན། བར་དོ་དེ་ནི་གང་དུ་སྦྱོ་  
 བར་འགྱུར་བ་དེའི་བྱད་གཟུགས་ཅན། བྱིས་པ་ལོ་ལྔ་ལོན་པའི་བོངས་ཆོད་དང་



ལྷན་པ། རང་གི་མར་མི་འགྱུར་བའི་བྱང་མེད་གཞན་གྱི་མངལ་སྒོ་སྟགས་ལ་མ་  
གཏོགས་རི་བྲག་སྟགས་གང་ལ་ཡང་སྟགས་པ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡང་སྐད་ཅིག་  
ཀྱང་སྟོང་ལོང་མེད་པར་བྱེན་བྱེན་པས་སྟུན་ནས་སྟོང་འདོད་པའི་སྒྲུང་བ་ཞིག་བྱང་བ་  
ན་གནས་འཆོལ་བའི་སྒྲུང་བས་མའི་མངལ་སྒོ་ལ་འབྱུག་པ་དང་། དེའི་ཆེ་བྱར་སྐྱེ་ན་  
པ་ལ་སྒྲུང་ཞིང་མ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྱ་མོར་སྐྱེ་ན་མ་ལ་སྒྲུང་ཞིང་པ་ལ་ཆགས་པ་སྐྱེ།  
གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེ་ན་བར་དོ་མེད་ཅིང་མིང་གཞིའི་ཕྱང་པོ་ཅམ་སྒྲུང་ས་ནས་བསྐལ་པ་  
བརྒྱད་ཁྲིའི་བར་དུ་སྟོང་། དེ་ཡང་གཟུགས་མེད་ན་གནས་མེད་པས་ད་ལྟ་འདི་ཁའི་  
ཕན་ཚུན་དུ་ཡང་གཟུགས་མེད་པ་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་ང་ཚོས་མ་མཐོང་བ་ཡིན། དེ་  
ནམས་ནི་ཤིན་ཏུ་འབྲེགས་པ་བསྐལ་བ་མི་འཇིག་དང་རྒྱ་འཇིག་སྟགས་ཀྱི་སྐབས་ཀྱང་  
དེ་དག་ལ་གང་ཡང་ཡོང་རྒྱ་མེད། འོན་ཀྱང་ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་འཕེན་པ་ཟད་པ་ན་  
སྐར་ཡང་འོག་ཏུ་ལྷུང་བར་འགྱུར་པ་སྟགས་མདོར་ན་འཁོར་བའི་སྟུག་བསྐལ་འདི་  
དག་ལ་གཏིང་ནས་ཞེ་བྲེལ་བ་ཞིག་བྱང་ན་འཁོར་བ་ལས་འཕགས་པའི་འཕགས་པ་  
རང་ཡིན་གསུངས། ཀྱན་འབྱུང་བསམ་པའི་ཚུལ་ནི་ནམ་འགྲེལ་ལས། བདག་ཡོད་  
ན་ནི་གཞན་དུ་ཤེས། ། བདག་གཞན་ཆ་ལས་འཛིན་དང་སྒྲུང་། ། འདི་དག་དང་  
ནི་ཡོངས་འགྲེལ་ལས། ། ཉེས་པ་ཐམས་ཅད་འབྱུང་བར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཉེས་སྦྱོང་ཐམས་  
ཅད་རྒྱས་པར་འགྱུར་ཀྱང་། ལས་ཀྱི་དབང་གིས་འཁོར་བར་བྲིད་པ་ལ་སྟེད་པ་འདི་  
རང་མཐུ་སྟེ། མ་རིག་པ་རྒྱལ་པོ་ལྟ་བུ་དང་། སྟེད་པ་དེའི་ཁལ་བརྒྱར་བའི་སྟོན་པོ་  
ལྟ་བུ་ཡིན། དེ་ལ་ཡང་ངོ་བོ་ལ་སྟེད་པ་དང་། མི་འབྲལ་བ་ལ་སྟེད་པ་གཉིས་ཡོད།  
ངོ་བོ་ལ་སྟེད་པ་ནི་མདོན་མཐོའི་ལུས་སྟུན་ཆོགས་ལྟ་བུ་སྟེད་པའི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་  
པའི་སྟེད་པ་དང་། བྱི་མ་ནི་དེ་དང་མི་འབྲལ་བ་ལ་གཙོ་བོར་སྟེད་པ་ཡིན། སྟེད་པ་  
དེ་ཡང་རས་ལ་སྐྱུ་མ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། ཀྱན་འབྱུང་ལ་ལས་ཉོན་གཉིས་ལས་ངས་



འབྱུང་གིས་ཟིན་པའི་ལས་དང་། དེ་ཀྱན་ནས་སྤྲོད་བའི་ཉོན་མོངས་རྣམས་ཀྱན་  
 འབྱུང་རང་དགའ་བ་མིན། ཀྱན་འབྱུང་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན། དེ་རྣམས་ཀྱན་  
 འབྱུང་རང་དགའ་བ་མིན་ཏེ་འཁོར་བའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཐར་པའི་རྒྱ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་གིས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 དང་། བྱང་སེམས་ཚོགས་སྒྱུར་གྱི་སྐབས་བསམ་བཞིན་དུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཀྱིས་  
 ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་ཏེ་སྤྲོད་པར་འཕེན་པའི་ལས་བསགས་ནས་འཁོར་བའི་རྒྱ་གསོག་  
 པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་འཁོར་བ་སྐྱངས་ནས་ཞི་མཐར་ལྷུང་བ་སེམས་ཅན་  
 གྱི་དོན་ཆེན་པོ་ལས་ཉམས་པའི་གོགས་གྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་དེ་  
 བྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་བྱང་སེམས་པ་ཡིན། དེ་བཞིན་  
 དུ་ཡང་དག་པའི་ལྟ་བས་ཟིན་པའི་ལས་ལ་ཡང་རིགས་འགྲ། དེ་ལྟ་བུའི་ལས་ཉོན་  
 རྣམས་ཀྱན་འབྱུང་རྗེས་མཐུན་པ་ཅམ་ཡིན་ཏེ། སྤྲོད་པར་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་  
 བྱང་སེམས་ས་ཐོབ་པས་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་ཡིད་ལྷུས་ལེན་ཅིང་། དེ་ཡང་  
 བྱང་སེམས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ལས་ཞིག་གིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱངས་བ་དགོས། རྒྱན་  
 མཐུན་པ་ལ་ཡང་མཚན་དཔེ་རྗེས་མཐུན་པས་བརྒྱན་པའི་ལྷུས་ཞིག་ཡོད་དེ་དེ་ཡང་  
 སྤྲོད་པའི་རྒྱན་ཡིན། རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གིས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ལ་རྣམ་སྤྲིན་  
 གྱི་འབྲས་བུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཡིག་ཆ་མི་མཐུན་པ་ཡང་བྱུང་སྟེ། རྗེ་བརྩན་པ་སོགས་ཀྱིས་  
 བྱི་ཡོད་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་མཛོད་ལས། རྣམ་སྤྲིན་རྒྱ་བྱི་མི་དག་  
 དང་། ། དག་བ་ཟག་བཅས་རྣམས་ཁོ་ན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་རྒྱ་  
 ལ་དེ་གཉིས་གང་རིགས་ཞིག་དགོས་པ་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་སྤྱི་མཚན་དཔེས་  
 བརྒྱན་པ་དེ་རྣམ་སྤྲིན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱ་གང་ཡོད་སྟམ་ན། བྱང་སེམས་  
 ཚོགས་སྒྱུར་བ་དང་། ས་བརྩེ་རྗེས་ཐོབ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་  
 ཚོགས་ཐམས་ཅད་དེའི་རྒྱར་རྒྱར་པའི་ཟག་བཅས་དག་བའི་ལས་ཡིན་གསུངས། དེ་



ལྷ་བྱུང་ལྷ་གྲག་བདེན་སྤྱང་བ་ལ་མ་རིག་པ་དང་སྤྱིད་པ་ཅ་བ་ནས་སྤྱང་དགོས་པར་  
 མཐོང་ནས་ཐར་པ་སྐྱབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་དམ་བཅའ་ཅན་གྱི་སྤྱོད་འཁོག་པ་མངོན་  
 ཏུ་བྱ་བའི་སྤྱོད་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་བསྐྱབ་གསུམ་སྤྱི་དང་བྱུང་པར་ཚུལ་བྲིམས།  
 དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་བསྐྱགས་པའི་དགེ་སྤྱོད་གི་ཚུལ་བྲིམས་  
 ལེགས་པར་བསྐྱང་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་འཁོར་བར་སྤྱོད་བའི་  
 ཚུར་བསྐྱར་ཏེ། པརྩ་འདམ་ལས་སྤྱོད་ཀྱང་འདམ་གྱི་དྲི་མས་མ་གོས་པ་ལྟར། སྤྱིད་  
 པར་གནས་ཀྱང་སྤྱིད་པའི་སྤྱོད་གྱིས་མ་གོས་པར་བྱེད་དགོས་གསུངས། དེ་ཡང་སྤྱོད་  
 བྱུང་སྤྱོད་པའི་ནམ་ཐར་རྗེས་འཇུག་གདུལ་བྱའི་ཉམས་ལེན་ཡིན་པས། བདག་ཅག་  
 གི་སྤྱོད་པ་སངས་རྒྱས་ཤུག་བྱུང་པ་དེ་ཉིད་ཀྱང་། ཡབ་རྒྱལ་པོ་ཟས་གཙང་དང་།  
 དུམ་སྐྱུ་མ་ལྷ་མཛེས་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་འབྱུངས། སྤྱོད་གཞིན་བྱུང་དུས་ནས་ཡི་གེ་དང་།  
 ཅིས་སོགས་རིག་པའི་གནས་ལ་གསན་སྤྱོད་མཛད་ནས་མཁས་པར་གྱུར་པའི་ཚུལ་  
 བཟླ། གྲགས་འཛིན་མ་དང་། ས་འཆོ་མ་ལ་སོགས་བའི་བཅུན་མོ་མང་པོ་བཞིས་  
 ཏེ་རྒྱལ་སྤྱི་ཆོས་བཞིན་དུ་བསྐྱུངས། དགྲུང་ལོ་ཉི་ཤུ་ཅ་དགུལ་ཕེབས་དུས་སྐབས་  
 ཤིག་པོ་བྱང་གི་ཤར་སྤྱོད་སྤྱོད་གསེང་ལ་བྱོན་པས། དེ་ན་མི་རྣམས་པོ་འཁར་བ་ལ་  
 བཞེན་པ་ཉམ་ཐག་པ་ཞིག་གཟིགས་པ་ན། འདུན་པ་ལ་གང་ཡིན་འདྲི་བའི་ཚུལ་  
 མཛད་ཅིང་འདུན་པས་རྒྱ་མཆོན་ཁྱས་པར་བཞེན་ནང་དུ་བྱོན། དེ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་བྱོན་པས་ནད་པ་ཉམ་ཐག་པ་དང་། ལུབ་སྤྱོད་བྱོན་པས་ཤི་བ་གཟིགས་ཏེ་འདྲི་  
 བའི་ཚུལ་སོགས་སྤྱོད་བཞིན་མཛད་དེ་ནང་དུ་བྱོན། བྱང་སྤྱོད་བྱོན་པས་སྤྱོད་པའི་  
 དགེ་སྤྱོད་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་གཟིགས་ཏེ་དྲིས་ལན་སོགས་སྤྱོད་བཞིན་མཛད་པའི་  
 རྒྱུན་གྱིས་བྱགས་འབྱུང་བའི་ཚུལ་མཛད་ནས་རྒྱལ་པོས་པོ་བྱང་གི་མཐའ་ཐམས་ཅད་  
 སྤྱང་མའི་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱོར་དུ་བཅུག་ཀྱང་མཆོན་མོ་ཞིག་རྟོག་ལྷན་ལ་ཆེབས་ཏེ་  
 བྱོན། མཆོད་རྟེན་ནམ་དག་གི་བྱུང་དུ་ཉིད་ཀྱི་དབུ་སྤྱོད་ཀྱིས་བཅད་དེ་རབ་དུ་



བྱང་། རྒྱ་བོ་ནི་རུ་ནའི་འགྲམ་དུ་ལོ་དྲུག་དཀར་བ་སྤྱད། བདུད་དམག་གྱེ་བ་དུང་  
 རྒྱར་བྱམས་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲིག་ནས་བརྒྱལ་ཏེ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་  
 རྒྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་པ་ཡིན་པས་རང་ཅག་གིས་ཀྱང་རིག་པའི་གནས་ཐམས་ཅད་ལ་  
 རྒྱན་ཐར་བཅད་ནས་སྒྲོབ་སྒྲོང་མཐར་ཕྱིན་པ་བྱེད་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་འཆལ་  
 བོར་མ་སོང་བར་རྟག་དུ་ངེས་འབྱུང་གི་ཚུལ་གྱིས་མས་ནས་པར་དག་པ་བསྤྱང་བ་ལག་  
 ལེན་གྱི་གཙོ་པོར་འདེབས་དགོས། དེ་ནམས་ལ་ཡང་སྦྱིད་ཆོས་སུ་མ་སོང་བར་མ་  
 མཐའ་ལོ་དྲུག་ཅམ་ཞིག་དཀར་སྤྱད་ཆེན་པོ་མ་བྱས་ན་གང་ཡང་མི་ཡོང་བས་ངེས་  
 པར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་པས་རྫོགས་པ་རུང་ཟད་སྦྱི་རན་པ་ན་བདུད་ཀྱི་བར་  
 ཆད་མི་དྲན་དགུ་དྲན་སྒྲིལ་ཆོག་པ་འབྱུང་བས་དེའི་ཆེ་འདི་ནི་དག་བཙམ་ནམས་ཀྱང་  
 མཐོང་ཆོས་བདེར་གནས་ལས་ཉམས་བྱེད་ཡིན་ན་ཁོ་བོ་ལ་ལྟ་ཅི་སྒྲོས་སྒྲམ་ནས་གཉེན་  
 པོ་སྒྲོབས་བསྦྱིད་དེ་ཆོག་པ་བསག་སྦྱིབ་སྦྱངས་སོགས་དག་སྦྱར་ལ་སྤར་ལས་ཀྱང་ལྟག་  
 པའི་བཙོན་འགྲུས་བྱེད་དགོས། རང་གི་བར་ཆད་མི་དྲན་དགུ་དྲན་འབྱུང་བ་ཙམ་  
 མ་ཟད། སྦྱི་རོལ་ནས་ཀྱང་འགའ་ཞིག་ལ་བསྟོད་ར་སྒྲིལ་ཆོག་པ་གཏོང་བ་དང་།  
 འགའ་ཞིག་ལ་སྦྱང་ར་སྒྲིལ་ཆོག་པ་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་བར་ཆད་འབྱུང་སྟེ། སྒྲོན་  
 འཕན་ཡུལ་དུ་བྱད་མེད་གཅིག་ལ་བྱ་སྦྱོར་ཆད་མགོ་མ་ཐོན་པ་ལ་ཕྱིས་བྱས་པས་དག་  
 བཤེས་ཆེན་པོ་གཅིག་གི་བྱ་ཡིན་བྱས་ན་གསོས་ཟེར་བ་བབས་པས། སྐབས་ཤིག་དུ་  
 བྱ་ཞིག་སྦྱོར་པ་དག་བཤེས་སྤང་རི་ཐང་པ་བཀའ་ཆོས་གནང་སར་བྱེད་ཡོང་ནས་སྦྱ་  
 པང་དུ་བཞག་སྟེ་བྱོད་རང་གི་བྱ་འདིར་ཡོད་དོ་བྱས་པས་དག་བཤེས་གང་ཡང་མི་  
 གསུང་བར་བཀའ་ཆོས་གྲོལ་ནས་ཉེ་གནས་ལ་ཡག་པོ་གསོས་ཤིག་གསུངས། གསོས་  
 པས་སྤར་ཆན་ལོངས་དུས་མ་དེས་དག་བཤེས་ལ་འབྲལ་བ་མང་པོ་ཡུལ་ནས་རྒྱ་མཆོན་  
 རྒྱས་ཏེ་བཤགས་པ་ཡུལ་ནས་བྱ་ཕར་གསོལ་རས་རྒྱས་པ་རེད། དག་བཤེས་ནི་སྤར་  
 བྱ་ཁག་བཞག་པ་ལ་ཐུགས་མི་དགའ་བ་དང་། རྗེས་སོར་བཤགས་པ་དང་འབྲལ་



བ་ལུལ་བ་ལ་མཉེས་ཆོར་གཉིས་ཀ་མ་བྱུང་བ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་ལ་ཡང་  
 བསྟོན་སྟོན་གང་བྱུང་ཀྱང་དགའ་མི་དགའི་ནམ་ཉིན་མེད་པར་སྤང་མེད་བྱས་ནས་  
 སྟོན་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཕྱི་ནང་གི་བར་ཆད་གང་གིས་ཀྱང་མི་ཚུགས་པར་  
 ཉིན་མཉེས་པའི་སྟོང་རྩོལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན། གོང་དུ་ཁྱས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ནམ་  
 ཐར་སོགས་རྒྱས་པར་བྱུང་བ་བཅས་གལ་ཆེ་བས་མདོར་ན་སྤྱིས་བྱ་འབྲིང་གི་ལམ་ལ་  
 སྟོན་པ་ནམས་ཀྱིས་མདོ་ལྟེ་རྒྱ་ཆེར་རོལ་བ་ངེས་པར་བལྟ་དགོས་ཞེས་གསུང་  
 རོ། །།



## ཉིན་ཉིན་བདུན་པ།

རྩེ་རིན་པོ་ཆེས། ལན་ཅིག་རྟེན་པའི་དལ་བའི་ཉིན་བཟང་འདི། ། ཤིན་ཏུ  
 རྟེན་དགའ་དོན་ཆེར་ཤེས་གུར་ནས། ། ཉིན་མཆན་ཀུན་ཏུ་སྒྲིང་པོ་ལེན་པའི་སྒྲོ། །  
 རྒྱན་ཆད་མེད་པར་སྐྱེ་བར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱོབ། ། ཅེས་པའི་ལུང་འདྲེན་པ་གནང་ནས།  
 དེ་ཡང་དགེ་བ་ཤེས་པོ་ཉོ་བས། ཤི་བ་དང་ན་བ་སོགས་ང་རང་ཚོ་ལ་མི་འོས་པ་ཞིག་  
 སྒྲོ་བུར་དུ་བྱུང་བ་མིན། ན་བར་འོས་པ་ཞིག་ན་བ་ཡིན། ཤི་བར་འོས་པ་ཞིག་ཤི་བ་  
 ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། རང་ཅག་ལ་ནད་ན་ཚ་བྱུང་ཀྱང་ང་སྤར་འདིའི་རྒྱ་  
 བསགས་པས་ད་རེས་ངེས་པར་ན་འོས་ཡིན་སྟེ་མ་དུ་བསམས་དགོས། བཤེས་སྤྲོངས་  
 ལས་ཀྱང་། འཁོར་བ་དེ་འདྲ་ལགས་པས་ལྟ་མི་དང་། ། དམུལ་བ་ཡི་དྲགས་དུད་  
 འགོ་ནམས་དག་དུ། ། སྐྱེ་བ་བཟང་པོ་མ་ལགས་སྐྱེ་བ་ནི། ། གནོད་པ་དུ་མའི་སྔོན་  
 རྒྱར་ལགས་མཐུན་མཛོད། ། ཅེས་སྒྲོ་བ་དཔོན་སྐུ་སྐུ་བ་གྱིས་ཁོང་རང་གི་སྒྲིང་དང་  
 འདྲ་བའི་རྒྱལ་པོ་བདེ་སྦྱོང་བཟང་པོ་ལ་གདམས་པ་མཛོད་པ་ལྟར། རང་ཅག་གིས་  
 ཀྱང་འཁོར་བ་འདིར་སྐྱེས་ཕྱིན་མཐོ་དམན་གང་དུ་སྐྱེས་ཀྱང་སྤྱག་བསུལ་དང་གནོད་  
 པ་དུ་མའི་སྔོན་འཕྱང་གནས་སུ་གྱུར་ཚུལ་བསམས་ནས་ཚུལ་བྲིམས་བསྐྱུང་བ་ལ་  
 འབད་དགོས། དེ་ཡང་དཔེར་ན། རྒྱལ་པ་བཟུང་སྟེ་རྒྱ་ནང་དུ་འགོ་བ་ཞིག་ལ་སྤྲོད་  
 བུ་ཞིག་གིས་ངེད་ཀྱི་བྱ་དགའ་ཆེན་པོ་སྟེར་བས་རྒྱལ་པ་འདི་ང་ལ་བྱིན་ཅིག་བྱས་ན་  
 དེས་རྒྱལ་པ་བྱིན་པོ་དམ། དེ་བཞིན་དུ་བྱེད་ཁ་བྱིན་ཅིག་ དེ་མིན་ན་སྟེ་མ་  
 གཅིག་བྱིན་ཅིག་ དེ་མིན་ཀྱང་ལྟོ་བ་ཙམ་ཞིག་བྱིན་ཅིག་ ཅེས་ཀྱང་མི་སྟེར་ན་རྒྱལ་  
 པ་དེ་ལ་ཁ་བ་ཞིག་བཅུགས་ཚོག་པ་དགོས་ཟེར་ན་བྱ་དགའ་ལ་མི་བཟོ་བར་རྒྱལ་པ་དེ་  
 ལ་སྦྱོན་སྤོམ་ཙམ་ཡང་མ་ཤོར་བ་བྱས་ཏེ་སྟོག་ལྟར་གཅེས་པར་བསྐྱུང་དགོས། དེའི་



ཁྱུ་མཆན་དེ་ནས་སྟེར་ཁྱུ་པར་བཞག་དེ་ལ་ཁབ་ཞིག་བཅུགས་ན་ཡང་དེའི་ནང་ནས་  
 ཁྱུ་འཇུ་ལ་ཉེ་ཁྱུ་ལ་བ་བྱིང་ནས་སྟོག་དང་འབྲལ་བར་བྱེད། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱུ་ལ་པ་ཆང་  
 མ་བྱིན་པའི་ཆོད་ཀྱི་པམ་པ་དང་། བྱེད་ཁ་བྱིན་པའི་ཆོད་ཀྱི་ལྷག་མ། སུམ་ཆ་བྱིན་  
 པའི་ཆོད་ཀྱི་ལྷང་བྱེད། ལྷེབ་ཅམ་བྱིན་པའི་ཆོད་ཀྱི་སྲོར་བཤགས། ཁབ་བཅུགས་  
 པའི་ཆོད་ཀྱི་ཉེས་བྱས་གང་བྱུང་ཀྱང་ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ཁྱུ་ལ་པ་རལ་ཉེ་ཉེས་སྟོང་ཀྱི་  
 འདམ་དུ་བྱིང་ནས་ཐར་པའི་སྟོག་དང་འབྲལ་བར་འགྱུར་བས་ཉེས་བྱས་སྤོ་མོ་ཚུན་  
 ཆད་ཀྱིས་མ་གོས་པའི་ཚུལ་བྲིམས་གཙང་སིང་ངེ་བ་སྟོག་ལྷར་གཅེས་པར་སྟུངས་  
 དགོས་ཞེས་གསུང་པར་མཛད་དོ། །



## ཉིན་ཉིན་བརྒྱད་པ།

སྤྱི་བ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་མིས། མི་ཉིད་ཤིན་ཏུ་ཉིད་དཀའ་དེ་ནི་ཉིད་གྱུར་  
 བས། ། འོན་ཏེ་བརྒྱུ་པ་གང་ཡིན་དེ་ནི་བསྐྱུ་ན་ཉི་ཟུབས། ། ཞེས་པའི་ཕྱང་འབྲེན་  
 དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱོད་འགྲེལ་གསུང་བཤད་སྤྱི་དང་། འོན་ཏེ་བརྒྱུ་པ་ནི་རང་གི་  
 འདོད་བྱའི་དོན་ཉི་དེ་ཡང་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཡིན། སྤྱི་བ་ཕྱང་འབྲེལ་གི་ལོག་རྟོག་  
 སེལ་བའི་སྐབས་འདིར་ཏ་ཤང་གི་ལྷགས་ལྟར་རྟོག་པ་ཐམས་ཅད་མཚན་འཛིན་ཡིན་  
 ཟེར་ནས་སོ་སོར་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་བྱས་ཉི་བསྐྱུ་བ་པར་བྱེད་  
 པ་ནམས་རྗེ་རིན་པོ་ཆེས་དཀའ་བ་བརྒྱ་ཕྱག་དུ་མའི་སྒོ་ནས་འགོག་པར་མཛད་པ་  
 ཡིན་གསུངས་ནས་ཁ་སང་གི་སྐྱུར་བཤད་མདོར་བསྐྱུས་མཛད། ཡང་ནམ་འབྲེལ་  
 ལས། སྤྱི་བ་བསྐྱུ་ལ་འཁོར་བ་ཅན་ཕྱང་པོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་འཁོར་བ་འདི་  
 སྤྱི་བ་བསྐྱུ་ལ་ཅན་ཡིན་ཞིང་། ཟག་བཅས་ཉིན་ལོན་གྱི་ཕྱང་པོ་འདི་ཡང་སྤྱི་བ་བསྐྱུ་ལ་  
 དུ་མ་སྤངས་པའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་ཕྱང་པོ་ཞེས་བརྗོད་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་ལྟར་  
 སྤྱི་བ་བསྐྱུ་ལ་སྒྲིམ་པའི་མཐར་ལས་སྤྱི་བ་པོ་མཛོད་ལས། གསུམ་གྱིས་ཚུལ་བསྟན་  
 ཐ་མའི་ལས། ། ཞེས་གསུངས་ཉི། ཆོས་གོས་དང་བསོད་སྟོམས་དང་གནས་མལ་  
 ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པ་འཕགས་པའི་རིགས་གསུམ་དང་། སྤྱི་བ་དང་  
 སྒྲིམ་པ་ལ་དགའ་བ་འཕགས་པའི་རིགས་གཅིག་སྟེ་བཞི་གསུངས་པ་ལས། དང་པོ་  
 གསུམ་ནི་བྱི་མའི་ཡན་ལག་ཡིན་ལ། བྱི་མ་འདིའི་དོན་ཉིན་མོངས་སྤྱི་བ་དང་ལམ་  
 སྒྲིམ་པ་ལ་དགའ་བ་སྟེ། དེ་ཡང་རང་གི་ཆོས་སྤྱི་མེད་ཅིལ་པ་ལྟར་མི་བརྟན་ཞིང་  
 རྒྱུན་ཕྱོགས་ཀྱང་འཇིག་པར་འགྱུར་བའི་ངང་ཚུལ་དང་། དུས་བཞིའི་འགྱུར་སྤྱི་བ་  
 དང་། ཉི་ཟླའི་འཆར་བྱུང་སྤྱི་བ་ལ་བསྐྱུས་ནས་ཀྱང་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་སྒྲིམ་ན་སྤྱི་བ་



བདང་སྒྲིམ་པ་ལ་དགའ་བ་འབྱུང་བ་ཡིན། དེ་དག་ཐམས་ཅད་སྒྲིམ་བུ་འབྲིང་གི་  
 ལམ་མཐར་ཐུག་པ་སྟོང་ཉིད་ཀྱི་དོན་རྟོགས་པའི་ཡན་ལག་ཙམ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་  
 འགྲེལ་ལས། སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུས་གྲོལ་འགྱུར་གྱི། ། སྒྲིམ་པ་ལྟག་མ་དེ་དོན་ཡིན། །  
 ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་སྲིད་པ་འདི་ལ་གཉིན་པོ་ལགས་པར་བསྟེན་ན་  
 རྒྱ་མེད་པས་འཁོར་བར་སྒྲིབ་ར་མི་འགྱུར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། སྲིད་པའི་སྲིད་ལ་  
 རྣམ་བཤུལ་བས། ། ལས་གཞན་འཕེན་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། ། ལྟན་ཅིག་བྱེད་པ་ཟད་  
 བྱེད་རྒྱུ་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་སྐབས་འདིར་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་དེན་པའི་  
 སྟོང་གི་ཁྱད་ཆོས་མི་རྟག་སྤྱག་བསྐྱེད་སྟོང་བདག་མེད་བཞི་སྒྲིམ་དགོས་ལ། དེའི་  
 དང་པོ་མི་རྟག་པ་བསྒྲིམ་པས་མི་འབྲལ་བ་ལ་སྲིད་པ་ལྟོག་པ་དང་། གཉིས་པ་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་བསྒྲིམ་པས་ངོ་བོ་ལ་སྲིད་པ་ལྟོག་པར་གསུངས་པས། ཉིན་མཆན་ཀྱན་ཏུ་དེ་  
 དག་བསྒྲིམ་པ་ལ་འབད་དགོས། ཉིན་མོངས་སྒྲིབ་པའི་རྒྱ་ལ་ཡང་བྱང་ས་དང་།  
 མངོན་པ་མངོན་གཉིས་ནས་སྤྱག་རེ་གསུངས་འདུག་གསུང་། སྟོན་ཨ་མེས་ཐར་པའི་  
 རྒྱལ་མཆན་ཁམ་ཞེན་ཆེ་བས་བོད་ལ་ཐུགས་མ་མགུ་བར་ཨ་བོད་ཀྱི་མཐའ་གསུངས་  
 པས། འབྲོམ་རེན་པོ་ཆེས། ཨ་མེས་ཁྱོད་བོད་ཀྱི་མཐའ་ལ་མ་ལྟ། རང་གི་མཐའ་  
 ལ་ལྟོས། མི་མ་གཏུབ་པ་ལ་མ་ལྟ། རང་མ་གཏུབ་པ་ལ་ལྟོས་ཞེས་གདམས་ངག་  
 བཀའ་བཀྱོན་གྱི་ཚུལ་དུ་གནང་བ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་རང་རེ་དགོན་པར་གནས་  
 ཀྱང་རང་གི་མཐའ་ལ་མ་བལྟས་པར་གཞན་གྱི་མཐའ་ལ་བལྟས་ཏེ། སྒྲིམ་བུ་དམ་པ་  
 གཞན་དོན་གྱི་འཕྲིན་ལས་རྒྱ་ཆེ་བ་རྣམས་ལ་ཡང་རྣམ་གཡིང་ཅན་ནོ་ཞེས་སྒྱུར་པ་  
 འདེབས་པ་དེ་འདྲ་ནི་རྣམ་པ་ཀྱན་ཏུ་མི་རུང་ཞིང་། ཁོང་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་མངོན་  
 པ་རྟགས་སྤྱབ་ཀོད་ནས་རང་ཉིད་ཀྱིས་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡང་མི་རུང་སྟེ། ཁོང་རྣམས་  
 བྱ་འདབ་གཤོག་རྒྱས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། རང་ཅག་བྱེ་སྤྱག་ཁ་དམར་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་བྱེ་  
 སྤྱག་ཁ་དམར་གྱིས་བྱ་འདབ་གཤོག་རྒྱས་པའི་ལད་མོ་བྱས་ན་ཤི་བ་ལས་འོས་མེད་པ་



ལྟ་བུ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་འདྲུ་འཇིག་སྤངས་ནས་དབེན་པ་བཞེན་དགོས། དེ་ཡང་སྤྱན་  
སྤྲོན་ས་བརྒྱད་པའི་བཀའ་གདམས་ལམ་རིམ་ཞིག་དུ་ཆོས་བྱེད་པ་ལ་འདྲུ་འཇིག་དང་  
གཡོང་བ་ལ་དགའ་བ་གཤམ་ཡིན་པས། དེའི་གཉེན་པོར་དགོན་པ་ལ་གནས་པ་  
སྤྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་ཞེས་པ་དང་། ཐབས་ལ་མི་མཁས་པ་གཤམ་ཡིན་པས་  
དེའི་གཉེན་པོར་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སྤྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་  
གཏོང་བ་དང་། འདོད་པའི་ཡུལ་ལ་མངོན་དུ་སྤྲོགས་པ་གཤམ་ཡིན་པས་དེའི་  
གཉེན་པོར་འདོད་པའི་ཉེས་དམིགས་སྦྱོར་པ་སྤྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་དང་།  
སེམས་ཅན་ལ་སེམས་མངོན་དུ་མ་གྱུར་བ་གཤམ་ཡིན་པས་དེའི་གཉེན་པོར་བཟོད་པ་  
དང་ངེས་པ་ལ་གནས་པ་སྤྲོག་གི་ཕྱིར་ཡང་མི་གཏོང་བ་དང་བཞི་གསུངས་འདུག་  
གསུང་། ད་གིན་ཞུས་པའི་བྱང་ས་ནས་བཤད་པའི་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་དུག་གི་  
དང་པོ་ནི། སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་མ་ཡིན་པའི་གྲོགས་ངན་པ་ལ་བཞེན་ཅིང་དེ་དང་གཏམ་  
ལབ་གཏོང་བ་དང་། ཟ་རེས་འཕྲང་རེས་བྱེད་པ་སོགས་ལ་བཞེན་ནས་ཉོན་མོངས་  
སྐྱེ་བས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད། རྒྱ་གཉིས་པ་ནི་ལེགས་པར་བཤད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཉེས་པར་  
བཤད་པ་སྟེ། འདི་ནི་བསྟན་པ་ཉམས་པའི་རྒྱ་ཆེ་ཤོས་ཀྱང་ཡིན་པས་འདི་གཟབ་  
ནས་སྤང་དགོས། རྒྱ་གསུམ་པ་ནི་ཉོན་མོངས་སྐྱེས་པའི་ཆེ་དེ་ལ་གཉེན་པོ་མ་བསྟན་  
པར་གོམས་པར་བྱས་ན་ད་དུང་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བས་དེ་ལྟར་མི་བྱེད། རྒྱ་བཞི་པ་ནི་  
ཚུལ་མིན་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་སྟེ་དེ་ཡང་མི་བྱེད། དེ་དག་གི་ནང་ནས་ཀྱང་ཕྱི་མ་འདི་  
གཉིས་ལ་དགྲར་བརྟམས་ནས་དམིགས་ཡུལ་ལ་འབྱོལ་དགོས། གཉེན་པོ་བཞེན་པའི་  
ཆོད་ཀྱང་སྤྲོ་མ་བྱམས་པས། གཉེན་པོ་བཞེན་པའི་སློབ་ཆོད་དེ་ཡང་འཕྲང་དམ་པོ་ལ་  
དགྲ་གཏུག་པ་ཅན་དང་འཕྲད་ཡོང་སྟམ་དུ་བློ་བྱེད་པ་དང་། ཡང་ན་དགྲ་གཏུག་  
པ་ཅན་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་འདྲུལ་སྟམ་ནས་འཕྲང་སྟུག་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་དགོས་གསུངས་  
ཀྱང་དེ་ནི་མི་བསོད་ནམས་ཅན་གྱིས་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་མི་བྱེད། དེ་འདྲ་བྱུང་



ན་ལག་ལེན་གཏིང་ཟབ་པ་ཡིན། གོང་དུ་ཁྱེས་པའི་དབེན་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྙུང་པ་  
 ལས། གང་ཞིག་དཔག་ཚད་ལྔ་བརྒྱ་ཡོད་པའི་རི་ཡི་སུལ། ། སྤྱུལ་གྱིས་གང་བ་ལོ་  
 མང་བྱེ་བར་གནས་བྱེད་ཀྱང་། དབེན་པ་འདི་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དེ། ། ལྷག་པའི་ང་རྒྱལ་རྟེན་ནས་འབྲེ་བར་གནས་པ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་  
 སེམས་རྣམ་རྟོག་ལས་དབེན་པ་འདི་མི་ཤེས་ན་ལྟས་ངེ་ཙམ་དབེན་ཀྱང་གང་ཡང་མི་  
 ཡོང་བས། དགོན་པ་དང་མི་འབྲལ་བ་དང་། གྲོགས་ངན་པ་དང་འབྲལ་བར་བྱེད་  
 པ་སོགས་ངེས་པར་བྱ་དགོས། ཉོན་མོངས་ལ་གཉེན་པོ་མ་བཞེན་ན་ལྟས་དབེན་  
 པར་གནས་པ་ཙམ་གྱིས་པོ་མི་སྦྱིས་ཏེ། སྤོན་དགོ་སྤྲོང་ཞིག་ཡུལ་ལ་བཞེན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་སྦྱིས་པས་དེའི་རྣམ་སྤྲོན་ལ་འཇིགས་ཏེ་དབེན་པར་གནས་ཀྱང་ཉོན་མོངས་ལ་  
 གཉེན་པོ་མ་བཞེན་པས་སུམ་རུ་ཙ་གསུམ་དུ་སྦྱིས་ཏེ་ལྷའི་བྱ་མོ་རྣམས་ལ་ཆུང་མ་  
 སོགས་ཉོན་མོངས་སྤར་ལས་ཀྱང་ལྷག་པ་སྦྱིས་པས་ངན་སོང་དུ་སྦྱིས་པ་ཡིན་འདུག  
 སེམས་དབེན་པ་བཞེན་ཚུལ་ཡང་། ཆོ་འདིའི་རྣམ་རྟོག་ལས་དབེན་པ་བྱང་ན་སྦྱིས་  
 བྱ་ཆུང་དུའི་སེམས་དབེན་དང་འཁོར་བའི་རྣམ་རྟོག་ལས་དབེན་པ་བྱང་ན་སྦྱིས་བྱ་  
 འབྲིང་གི་སེམས་དབེན་དང་། ཐེག་པ་དམན་པའི་སློ་ཉན་རང་གི་བྱང་ཆུབ་ཡིད་ལ་  
 བྱེད་པ་ལས་དབེན་པ་བྱང་ན་སྦྱིས་བྱ་ཆེན་པོའི་སེམས་དབེན་ཡིན་ཏེ། སྙུང་པ་ལས།  
 ཐེག་པ་གཉིས་ཀྱི་སེམས་བྲལ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ངེས་ན། ། འདི་ནི་འགྲོ་དོན་ཁྱེགས་པ་  
 རྣམས་ཀྱི་དབེན་པ་སྟེ། ། ཞེས་གསུངས་པ་དང་། གཞན་ཡང་དགོ་བཤེས་པོ་རྟོ་  
 བས། ད་ལྟ་ཐོས་པ་ལ་སྤང་སྤོམ་ཤུག་ཡོན་ཏན། སྤང་སྤོམ་དབང་ཕྱག་རྒྱལ་མཆོན།  
 ལེ་སྤོམ་གཞིན་རུ་གཤམ་གསུམ་ཡོད་པའི་ནང་ནས། སྤང་ཤུག་ཡོན་ཏན་པས་སྤྲིང་  
 རྩིས་བོང་བྱ་འཆོ་བ་འདི་འདམ་ཞེས་གསུངས་པ་དང་། འབྲོམ་སྟོན་པས་སྤྲུམ་མཆོད་  
 བཞིའི་སར་དགོ་ཚུལ་ཞིག་བཏུ་བར་བཏང་ནས་པོ་རྟོ་བ་ཅི་བྱེད་ཅིང་འདུག་གསུང་  
 པར་ཁོང་གསུང་རབ་མང་པོ་གཟིགས་ནས་ཤུ་པ་མང་པོ་ལ་ཆོས་གསུང་གིན་འདུག་



ཁྱེས་པས་དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གསུང་། སྤྱན་པ་བ་གང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་གསུང་བར་  
 ཁོང་སྐྱེ་འདྲ་དང་ཚྭ་ཚྭ་རང་པར་གཤིན་འདུག་ཁྱེས་པས་དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གསུང་།  
 སྤྱུ་རྒྱུ་བ་གང་བྱེད་ཅིང་འདུག་གསུང་བར་ཁོང་མི་དང་མི་འབྲུད་པར་ལྷུང་སྒྲིང་ག་  
 སྟག་ཏུ་བཞུགས་ནས་སྒྲིམ་མཛད་ཀྱི་འདུག་ཁྱེས་པས་དེ་ཡང་གཅིག་ཡིན་གསུང་།  
 འོ་ན་ཁམ་པ་ལྷུང་པ་གང་བྱེད་ཀྱི་འདུག་གསུང་པར་ཁོ་དབུ་གཏུམས་ནས་བཤུམ་གྱིན་  
 རང་བཞུགས་འདུག་ཁྱེས་པས། འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེས་སྟག་ཐལ་མོ་སྐྱར་ནས་ཆོས་བྱ་  
 བ་དེ་ཁོང་གི་བྱས་པ་ཡིན་པར་འདུག་གསུངས། དེ་ནི་ཁོང་གི་བྱམས་སྒྲིང་རྗེ་སྒྲིམ་  
 པས་སེམས་ཅན་གྱི་སྟག་བསྐྱེད་སྟགས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་སྤྱན་ཆབ་བྱང་བ་ཡིན་  
 འདུག ཁོང་རྟེན་དགེ་བསྟེན་ཡིན་ཀྱང་སྟགས་རྒྱུད་གཞན་དང་མི་འདྲ་བས་འབྲོམ་  
 གྱི་སྒྲོབ་མ་སྐྱེ་མཆོད་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་དུ་ཁོང་བསྟན་ནས་སྐྱེ་མཆོད་བཞིན་ཡང་བྱེད།  
 གཏུལ་བྱ་འཕྲིན་ལས་ཆེ་བས་པོ་ཏྲོ་བའི་ཞལ་ནས། ཡུང་བའི་དགེ་བཤེས་སྒྲིང་ཤུག་  
 ཡོན་ཏན་གྱིས་ཆོས་བདེན་པར་བཟུང་ནས་སྐྱབས་སུ་མཆོག་བྱས་པས་ད་ལྟ་ཡུང་པ་ལྷུང་  
 པ་ན་ཁོང་ལས་བདེ་སྦྱིད་སྟན་གསུམ་ཆེ་བ་མེད་གསུངས་པ་རེད། སྟགས་རྒྱུད་བྱང་  
 སེམས་ཀྱིས་སྟག་པའི་དབང་གིས་ཞལ་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་སྒྲིང་བ་འཁྱུར་བྱས་པ་ཞིག་  
 ཡོད་པས་བྱང་པའི་མི་འདྲ་འཇལ་དུ་བྱང་དུས་བྱིད་ཅག་གི་ཡུལ་ན་མི་རྒན་འདྲ་མེད་  
 དམ་གསུང་བ་ལ་མི་རྒན་ཏེ་ཡོད་དེ། བྱིད་འདྲ་བ་མེད་ཁྱེས་པ་རེད། ཁོང་གི་སྒྲོ་  
 སྒྲིང་སྤྱན་བརྒྱུད་མ་མཛད་པ་ཡིན་གསུངས། ཡང་ངེས་འབྱུང་གིས་ཟིན་པའི་དགེ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཐར་པའི་རྒྱར་དབང་མེད་དུ་འགྲོ་གསུངས། ཡང་འདུལ་བའི་ཉེས་པ་ཤ་  
 མོ་ཚུན་ཆད་ལ་འཛོམ་བག་མ་བྱས་ན་སྟག་བསྐྱེད་ཆེན་པོ་ཡུན་རིང་ལྷུང་སྟེ། སྤྱན་  
 སངས་རྒྱས་འོད་སྤང་གི་བསྟན་པ་ལ་དགེ་སྒྲིང་ཞིག་གི་ཁང་པའི་སྒྲོ་འགམ་དུ་ཤིང་  
 སྤྱང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ལ་དགེ་སྒྲིང་གི་གོས་ལོག་ཐོགས་ནས་ཤིན་ཏུ་གཟན་པར་བྱང་བ་  
 ལ་གཙོད་བསམ་ཀྱང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཅས་པ་དྲན་ནས་གཙོད་མ་རུས། མཆོམས་



ཤིག་ཁོང་ཁྱོ་བོས་ཏེ་དེ་ཙམ་ལ་ཉེས་པ་ཅི་ཡོད་སྟམ་ནས་བཅད་པའི་ནམ་སྟོན་ལ་སྦྱེ་བ་  
 ཕྱི་མར་སྤྱི་ཞིག་ཏུ་སྦྱེས། དེའི་སྦྱི་གཙུག་ཏུ་ཤིང་ཨེ་ལའི་སྤྱོད་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྦྱེས་ནས་  
 ཤིང་དེ་རྒྱུང་གིས་བསྦྱོད་པའི་དུས་ལུས་ཀྱི་ནང་ཡོངས་རྫོགས་དཀྱུགས་ནས་སྤྱག་  
 བསྐལ་བཟོད་སྤྱག་མེད་པ་ཕྱོད་སྟེ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པས་ཀྱང་བྱུང་བ་ལུང་སྟོན་པར་  
 མཛད་པ་ཡིན། ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཟླ་གཤམ་གྱིས་བསྟན་བཅོས་བཅུ་མས་པས་ཤིན་ཏུ་  
 ལེགས་པ་ཞིག་བྱུང་བ་ལ་ཐུགས་མཉེས་དྲགས་ནས་སྟོན་བག་གི་ནམ་པས་ལྡེ་མིག་ཞིག་  
 ལན་གསུམ་སྤྲད་པ་ལ་སྟོར། ཕྱིས་དུས་གཅིག་ན་ང་ཚུལ་བྲིམས་དག་ན་ཤིང་སྐམ་  
 བྱོད་ལས་མེ་ཏོག་བཅུ་སྦྱེ་བར་ཤོག་གསུངས་པས་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་། དེར་ཚུལ་  
 བྲིམས་ལ་ཉེས་སྟོན་ཅི་བྱུང་བཙགས་པས་སྤར་གྱི་དེ་དྲན་ནས་བཤགས་པ་མཛད་  
 བདེན་ཆོག་བརྗོད་པས་མེ་ཏོག་བཅུ་བྱུང་བ་ཡིན། ཡང་མདོ་ལྷ་ངན་འདས་ཆེན་  
 ལས་རྒྱལ་བའི་དཔེ་གསུངས་པའི་དོན་ལམ་རིམ་མཆན་མར། གཅིག་གི་བྱེད་དང་  
 ཡན་ལག་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་དང་གནད་གཅིག་པ་ཡིན་ཚུལ་བྲི་ཆེན་  
 དག་དབང་སྟན་གཤམ་གྱིས་གསུང་ཞིང་འདིའི་ཆོག་འདི་དུས་འཁོར་གྱི་ཆོག་ཡིན་  
 འདྲ་ཞེས་བྲི་ཆེན་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་གསུངས་པ་ཡིན་འདུག ད་ལམ་རང་  
 ཅག་ནམས་རྒྱ་མཆོའི་རྟེན་པར་སྟེབས་པའི་ཆོད་ཙམ་ཡིན་པས་པམ་ལྷག་སྐགས་ལྷུང་  
 པ་ནམས་ལ་འཛེམ་ཆ་གང་ཆེ་བྱེད་དགོས། ཚུལ་བྲིམས་འདི་མེད་ན་ཏིང་ངེ་འཛིན་  
 དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་ཤོག་བྱས་ཀྱང་སྟེབ་མེ་ཡོང་། འདི་ཡོད་ན་ཡོན་  
 ཏན་ཏིང་ངེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་བསྐྱབ་པ་གཉིས་མ་ཡོང་བྱས་ཀྱང་སྟེབ་ཡོང་།  
 དེའི་ཕྱིར་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྟོན་བཞི་དག་དགོས་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་མེ་ཤེས་པ་ལྷུང་  
 པ་འབྱུང་བའི་སྟོན་དག་པའི་ཕྱིར་སྟེ་སྟོན་ལ་ཐོས་བསམ་བྱེད་དགོས། བག་མེད་པ་  
 ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྟོན་དག་པའི་ཕྱིར་བག་ཡོད་ལ་གནས་པར་བྱེད་དགོས། ཉོན་  
 མོངས་མང་བ་ལྷུང་བ་འབྱུང་བའི་སྟོན་དག་པའི་ཕྱིར་ཉོན་མོངས་ལ་དགའི་མཐིལ་དུ་



བཟུང་དགོས། དེ་ཡང་མངོན་ཉིགས་རྒྱུ་ལས། གཉེན་པོ་རྒྱུ་དུའི་རྒྱུ་དུ་  
 ལ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉན་མངས་པ་གང་དྲགས་པ་གཉེན་པོ་རྒྱུ་རིམ་  
 གྱིས་བཞེན་ནས་འཐབ་དགོས། མ་གྲས་པ་རྒྱུ་བ་འབྱུང་བའི་སྒྲོ་དགག་པའི་ཕྱིར་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ནམ་ཡང་མི་བསྐྱུ་བའི་ཚུལ་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་རྟེན་པ་ཞིག་  
 ཡོང་བར་བྱེད་དགོས་གསུང་ངོ་། ཁམས་གསུམ་འཁོར་བར་ཞེན་ལྟག་སྒྲོམ་ཚུལ་  
 གྱི། ། གདམས་ངག་ཟབ་མོ་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་ཆོས། ། སྒྲོན་བསགས་བསོད་ནམས་  
 མཐུ་ཡིས་རྟེན་ན་ཡང་། ། ད་དུང་འཁོར་བར་ཆགས་ཁྱོད་སྦྱོ་བར་ངེས། ། རྩེ་  
 བཅུན་སྒྲུ་མས་ཟབ་ཆོས་འདི་འདྲ་གནང་། ། བདག་གི་སྦྱོད་པ་ད་དུང་ཐར་བཞིན་  
 གནས། ། འགལ་ལྔའི་ཕུང་པོ་འདི་འདྲ་གཟིགས་ཟུར་ན། ། ཤེས་ལྡན་མཐའ་དག་  
 ཐུགས་ཞེ་མི་ཁྲེལ་ལམ། ། ལམ་བཟང་སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་གི་གདམས་པ་མཆོག་། ། རི་  
 མོར་བགྱིས་པའི་དགེ་བ་ཅི་ཡོད་དེས། ། བདག་དང་མ་ཆུན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྲུང་། ། སྤྱིད་བདེར་ཞེན་པ་ལྟག་པས་རྒྱུད་བསྐྱུལ་ནས། ། རྣམ་དག་བསྐྱབ་གསུམ་  
 སྦྱོད་ང་ཁྱད་པར་དུ། ། ཚུལ་ཁྲིམས་མིག་འབྲས་བཞིན་དུ་ལྟགས་བསྐྱུངས་ཏེ། །  
 བསྟན་པའི་ནང་མངོན་འདུལ་བ་འཛིན་པའི་མཆོག་། ། འཕགས་མཆོག་ཉེ་བར་  
 འཁོར་ལ་འགུན་ལུས་ཤོག ། སྦྱེས་བྱ་འབྲིང་དང་ཐུན་མོང་བའི་ལམ་རིམ་ལ་སྦྱོ་སྦྱོང་  
 བ་བྱིས་བྱིན་ཏོ། ། །

རྩེ་བཅུན་དམ་པའི་ཞབས་ལ་ཐུག་འཆལ་ལོ། ། སྦྱེས་བྱ་ཆེན་པོའི་གསུང་  
 བཤད་ནི། དེ་ལྟར་འཁོར་བའི་ས་བོན་ཁྱབ་པ་འདྲ་བྱེད་ཀྱིས་ཐུག་བཟུལ་དང་།  
 དེའི་རྒྱ་ཉན་མངས་སྤངས་པའི་དག་བཅོམ་ཐོབ་གྲུང་རང་གཞན་གྱི་དོན་ཡོངས་སུ་མ་  
 རྟོགས་པས། དེའི་ཕྱིར་དུ་ལམ་བྱང་རྒྱུ་གྱི་སེམས་ལ་དགའ་ཆོར་ཡོད་པ་ཞིག་བྱ་  
 དགོས་ཏེ། འདོད་བྱ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ལ་སངས་རྒྱ་དགོས། དེ་ལ་རྒྱལ་སྤྱི་གྱི་  
 སྦྱོད་པ་ལ་བསྐྱབ་དགོས། དེ་ལ་སྦྱོད་པའི་རྟེན་སེམས་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལ་རིགས་



སང་དགོས། དེ་ལ་རིགས་ཡོད་པ་དགོས། རིགས་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་སང་པ་ལ་ཡང་  
 ཐོས་པ་དགོས་པས་འདི་འདྲའི་འབྲེལ་བ་ཤེས་པ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་བ་ཡིན། རིགས་དེ་  
 ལ་ཡང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ལས། སློབ་  
 དཔོན་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་དང་དབྱིག་གཉེན་སོགས་ཀྱི་གཞི་འདོད་པའི་  
 སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་ལ་ཀྱན་གཞིའི་སྤྲོད་གི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་དང་། དེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་བཏབ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན།  
 དེ་ལ་ཡང་སྒྲིས་མ་ཐག་པ་ནས་ཉན་ཐོས་ཀྱི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱ་བར་ངེས་པ་དང་།  
 རང་རྒྱལ་གྱི་བྱང་ཆུབ་མངོན་དུ་བྱ་བར་ངེས་པ་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བྱང་ཆུབ་ལ་  
 ངེས་པ་གསུམ་ནི་བྱང་ཆུབ་དེ་ལས་གཞན་དུ་སློབ་དཔོན་གྱིས་བགྱི་མི་རུས་པས་ན་  
 ངེས་པའི་རིགས་དང་། སངས་རྒྱས་འབྱུང་བ་མེད་ན་རང་རྒྱལ་བར་འགྱུར་རོ་ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། སྤང་བྱ་ཅིག་ཆར་བའི་རྒྱན་ཁྱགས་དང་སྤྱིར་འོང་འགའ་ཞིག་  
 སངས་རྒྱས་མ་བྱོན་པའི་ཆེ་རང་རྒྱལ་དུ་འགྱུར་བར་གསུངས་པ་དེ་དག་དང་།  
 སྒྲུབས་མགོན་ཁྱི་ཆེན་ཆེན་པོ་གསུང་ཚུལ་ཁ་སང་ཁྱས་པ་ལྟར་གྱི་ངེས་འབྱུང་བཅས་  
 མིན་སྒྲིས་པ་དེ་དག་ནི་བྱང་ཆུབ་གསུམ་པོ་གང་རུང་དུ་མ་ངེས་པས་ན་མ་ངེས་པའི་  
 རིགས་དང་། རིགས་ཆད་དམ་ལོག་པ་ཉིད་དུ་ངེས་པའི་རིགས་ཏེ་རིགས་གསུམ་  
 གསུངས། སྤྱོགས་སྤང་ཆོས་གྲགས་སོགས་ཀྱི་གཞི་མི་འདོད་པའི་སེམས་ཅམ་པའི་  
 ལྷགས་ལ། ཡིད་ཤེས་སྤྲོ་མའི་སྤྲོད་གི་ཟག་མེད་སེམས་ཀྱི་ས་བོན་དེ་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་དང་། དེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་བཏབ་པ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 སྤྱོགས་སྤངས་ཤིང་། རིགས་ཆད་མི་འདོད། དབྱུ་མ་པའི་ལྷགས་ལ་ནི། སེམས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཉིད་དྲི་མ་དང་བྲལ་རུང་གི་ཆ་དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ལ། དེས་  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བྱུང་པའི་དབང་གིས་ཐོག་མར་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དགོས། རུས་སམ་མི་རུས་བརྟག་པ་ན། རིགས་ཡོད་པར་ཤེས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་



ནུས་པར་རྟོགས་ན། ད་རེས་དལ་འབྱོར་འདི་འདྲ་བ་ཐོབ་པའི་དུས་སུ་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་འདི་ལ་འབད་འབད་དུང་དུང་ངེས་པར་བྱེད་དགོས་ཏེ། སྒྲོབ་སྤངས་ལས།  
 གང་ཞིག་ཐོབ་ནས་སྐྱེ་བའི་རྒྱ་མཚོ་མཐར་འབྲིན་ཅིང་། ། བྱང་ཆུབ་མཚོག་གི་ས་  
 བོན་དགེ་བའང་འདེབས་འགྱུར་བ། ། ཡིད་བཞིན་ནོར་བུ་བས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་ལྷག་  
 པ་ཡི། ། མི་ཉིད་དེ་ནི་སྤྲི་ཞིག་འབྲས་བུ་མེད་པར་བྱེད། ། ཅེས་གསུངས། དེ་ཡང་  
 བྱང་ཆུབ་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ལམ་གྱི་དངོས་གཞི་མཐར་ཐུག་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 འདི་ཡིན་ཏེ། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་རང་ཅག་དབུས་གཙང་གི་སྐྱེ་བོ་རྣམས་  
 དང་བྱུང་པར་དབུས་གྱི་ཚྭ་གས་འདིར་བཀའ་དྲིན་སྤྲེལ་མེད་དུ་ཆེ་བ་དེས་སྤྲེལ་མ་བྱམས་  
 པ་ལ། བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་གྱི་དངོས་གཞི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཡིན། རྒྱེས་བུ་རྒྱུང་  
 འབྲིང་གཉིས་དེ་སྐྱེ་བའི་ཐབས་ཡིན། སྦྱོང་པ་སྦྱི་བསྐྱབ་མན་དེ་གོང་འཕེལ་དུ་  
 གཏོང་བའི་ཐབས་ཡིན། དེ་བདག་གི་སྤྲེལ་མ་ཞིག་གིས་གསུང་གིན་ཡོད་ཅེས་སྟུན་  
 ཆབ་གནང་། སྤྲེལ་མ་ནི་ཁོ་རང་གི་དགེ་ཆུན་རེ་སྟོན་ཡུལ་ཅེས་ཡིན་འདུག དེ་ནི་རྒྱུན་དུ་  
 བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐེལ་དུ་མཛད་དེ། སྐབས་ཤིག་རྗེ་དགེ་  
 ལེགས་རྒྱ་མཚོ་ཁོང་གི་སར་རི་བོད་དུ་ཕེབས་པས་ཁོང་ཆེར་ཐུང་ཞིག་གི་འགམ་དུ་  
 རྒྱེས་རབས་གྱི་དཔེ་ཞིག་གཟིགས་གྱིན་མཚམས་རེ་ཐུག་མཐེ་བོང་ཀེར་ནས་བྱོད་བྱང་  
 བྱོད་བྱང་གསུང་། མཚམས་རེ་དབུ་གཏུམས་ནས་སྟུན་ཆབ་རང་གནང་གི་འདུག  
 ད་རེས་སྤྲེལ་མ་དེ་འདྲ་མཛད་པ་ཅི་ཡིན་ཞུས་པས། བདག་ཅག་གི་སྟུན་པས་སྟུན་  
 སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་དཀའ་སྦྱོང་གངས་མང་པོ་མཛད་ཆུལ་མཐོང་ཅན་བྱོད་བྱང་  
 ཟེར་བ་ཡིན། རང་རེའི་སྦྱོང་ཆུལ་དང་། མ་ཆུན་ཉམ་ཐག་པ་རྣམས་དྲན་ཅན་མཚོ་  
 མ་མི་འཆར་བའི་དབང་མི་འདུག་གསུང་། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
 པོ་དེས་རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོ་རི་བོད་དུ་ཕེབས་ཁར། ཁོ་དེ་ལམ་ཞུགས། བྱོད་ཡོང་  
 རེས་གྱི་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཆ་སྦྱོང་ཁོག་ཡང་སངས་པ་རེ་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་གིན་



འདྲུག་གཞན་མ་དང་སངས་མེད་ཀྱི་མེད་ཀྱི་བར་འདིའི་སྐད་ཆ་མི་འགྲོ། ད་ཁྱོད་རང་  
 ཡང་རི་ཁྱོད་དུ་ཕྱིན་ནས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་འདི་རྒྱད་ལ་སྐྱེ་བ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་གྱིས་  
 གསུང་བར། རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོས་ཉམས་མཚར་གྱི་ཚུལ་དུ་དེ་ཁ་བྱེད་ང་ཡང་  
 དངོས་པོ་ཡིན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱང་དངོས་པོ་ཡིན་པས་དེད་གཉིས་ལ་སྐྱེ་རེས་  
 ཡོང་གསུངས་པ་རེད། དེ་ནས་རྗེ་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོས་ཀྱང་སྤྲུལ་མའི་བཀའ་བཞུགས་  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཁོན་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་མཛད་ནས་ཐུགས་རྒྱད་ལ་ལེགས་  
 པར་འབྲུངས་ཏེ། རིའི་ཆེར་སོང་ཡང་འདི་དྲན། ལྷུང་དུ་སོང་ཡང་འདི་དྲན། རི་  
 ལྷུང་བྱས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མི་འཆར་ཞེས་གདེངས་ཁེལ་བའི་གསུང་བྱོན་པ་  
 ལྟར་ཡིན། དེ་ལྷུང་བྱའི་སེམས་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་རིགས་ཡོད་པ་དགོས་ལ། རིགས་དེ་ཡང་  
 སེམས་དྲི་མ་དང་བྲལ་རུང་གི་ཆ་ལ་འཛོག་ཚུལ་ཞུས་ཟིན་པ་ལྟར་ཡིན། སེམས་དྲི་མ་  
 དང་བྲལ་རུང་གི་ཆ་དེ་ཡོད་པ་ཡང་སྟོང་ཉིད་ལ་ཐུག་པ་ཡིན་པར་བསམས་དགོས།  
 སེམས་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་སེམས་དེ་ཉིད་ཐུགས་ལ་  
 མངའ་བ་ཤ་སྟག་གཅིག་ནས་གཅིག་དུ་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་དང་སེམས་དེ་མངའ་བ་  
 ཞིག་ལ་ངེས་པར་བསྟན་དགོས། འོ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 རིགས་ཡོད་ན། འགའ་ཞིག་སངས་རྒྱས་འགའ་ཞིག་སངས་མི་རྒྱ་བ་ཅི་ཡིན་སྟུང་ན།  
 དེ་ནི་རང་ཉིད་ལ་སྟོང་རུང་གི་མཚན་ཉིད་མཚང་པས་ལན་ཏེ། དེ་ཆང་ནས་སངས་  
 རྒྱས་པས་དེ་ངེས་པར་ཆང་དགོས། དེ་ཡང་རྗེ་ལྷུང་ཆང་དགོས་ན། ཐེག་པ་ཆེན་  
 པོའི་ཆོས་ཀྱི་ས་བོན་ལྷུང་བྱ་དེ་རང་གི་སེམས་ཀྱི་ཁིང་ལ་ས་བོན་འདེབས་པ་པོ་དང་འདྲ་  
 བའི་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱིས་ས་བོན་བཏབ་པ་བཞིན་དུ་བསྟན་  
 པ་མེད་ཐབས་མེད་པ་ཡིན་ཁིང་། བེའུ་བུམ་སྟོན་པོ་ལས། མན་ངག་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱུས་པའི་མགོ་ནི། བཤེས་གཉེན་དམ་པ་མི་བཏང་བ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་བཤེས་གཉེན་འཆོལ་བ་ལ་བསམ་པའི་ངོས་ནས་གཞོན་ནུ་



ནོར་བཟང་དང་། ཉམ་ཏུ་བཤེས་གཉེན་འཛུལ་བ་ལ་ཞུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་དགོས་  
 ལ། དེ་ཉམ་ཏུ་བཤེས་པས་སེམས་དེ་བསྐྱེད་ན་སྦྱོར་བུ་འོ་ཞེས་པའི་ཞུགས་པར་  
 འགྱུར་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཤུག་བྱུང་བ་ལ་པད་དཀར་ཉམ་ཏུ་བཤེས་པ་དང་། བོད་  
 མཐའ་འཁོབ་ཀྱི་གདུལ་བྱ་འདུལ་བ་ལ་རྩོམ་སྒྲིག་འདྲིངས་ན་མ་འདྲིངས་བྱེད་པ་  
 དང་། དེ་ཉམ་ཏུ་བཤེས་པས་བྱུང་བའི་ཆོད་པ་ཡོང་བ་ཡང་ཁོང་རྣམས་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་ལྷགས་ཤིན་ཏུ་དྲག་པ་ཞིག་ཡོད་པས་དེའི་ཕྱིན་རྒྱལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ཡིན། ཡོན་ཏན་  
 རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཞེས་པ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་སྦྲེང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ཉམ་བུ་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པ་ལ་ཟེར། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནམ་མཁའ་གར་བྱུང་བའི་རྟོགས་  
 ལྷགས་ཀྱིས་བྱུང་། གནས་ལྷགས་ཀྱིས་གར་བྱུང་བའི་སྦྲེང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
 བྱུང་བ་དང་། དེ་ཡང་ཡེ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྦྲེང་དུ་ཕར་བཀྲམ་བཞག་པ་ཉམ་  
 བུ་མེན་པར་སྒྲོ་གཅིག་གིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གནས་ལྷགས་ལ་བྱུང་བ་དང་། ཡང་  
 རྣམ་མཁའ་གར་བྱུང་བའི་སེམས་ཅན་གྱིས་བྱུང་། སེམས་ཅན་གྱིས་གར་བྱུང་བའི་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་བྱུང་བས་ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་དང་ཡོན་ཏན་མཁའ་དང་མཉམ་  
 པའི་ཡོན་ཏན་ཅན་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་མ་བཞེན་པ་ཁོ་ན་ལ་རག་ལས་པའི་ཚུལ། རྩོ་  
 བོས་སྤྱི་མ་གསེར་གྱིང་པའི་མཚན་ཐོས་པའི་ཆོ་ཕྱག་སྦྱོ་བོར་ཐལ་མོ་སྦྱར་བ་སོགས་ཀྱི་  
 ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བཤེས་གཉེན་བཞེན་ཚུལ་གྱི་སྐབས་སུ་ཞུས་པ་ཉམ་ཏུ་ཡིན། ཡང་ཕར་  
 ཕྱིན་གྱི་སྐབས་སུ་དེ་ཉམ་ཏུ་བཤེས་ཀྱང་། གསང་སྤགས་ལ་མི་དགོས་སོ་སྤྱི་མ་ན། དེ་  
 བས་ཀྱང་དགོས་ཏེ་འབྲོམ་སྟོན་པས་རྩོ་བོ་ལ། བོད་དུ་སྒྲིམ་གྱུ་བྱེད་པ་མང་པོ་  
 འདུག་ཀྱང་ཡོན་ཏན་བྱུང་པར་ཅན་བཞེས་པ་མི་འདུག་པས་དེ་གང་ཡིན་ཞུས་པས།  
 རྩོ་བོའི་ཞལ་ནས། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཡོན་ཏན་ཆེ་སྦྱོར་ཆུང་སྦྱོར་ཐམས་ཅད་སྤྱི་མ་ལ་  
 བཞེན་ནས་སྦྱོ་བ་ལ། བྱེད་བོད་ལ་སྤྱི་མ་ལ་ཐ་མལ་པའི་འདུ་ཤེས་ལས་མེད་གནས་སྦྱོ་  
 གསུང་བ་དང་། ཡང་དགེ་བཤེས་གསང་སྤགས་དབང་ཞུས་པས། རྩོ་བོའི་ཞལ་



ནས། བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་མི་མཐུན་པའི་ཡ་རྩི་ཁྱིའི་ཕྱིས་ཅི་བྱ།  
གསང་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་མ་མང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བྱང་སེམས་དང་མི་མཐུན་པའི་  
གསང་སྤྱོད་གསུངས་དགོས་པ་མེད་ལགས་བྱང་སེམས་སྤྱི་བ་སྤྱོད་པ་ལ་རག་ལས་ཚུལ་སྤྱོད་  
ཁྱིས་པ་ལྟར་ཡིན་པས་གནད་འགག་འདི་དག་མ་འཕྱུགས་པར་སྤྱག་ལེན་དུ་ཁེལ་བ་  
ངེས་པར་མཛད་དགོས། སེམས་དེ་བརྩེད་པའི་ཕན་ཡོན་ནི་བྱམས་པའི་རྣམ་པར་  
ཐར་པ་ལས་གསུངས་པ་ལྟར། རྩེ་རྩེ་པ་ལས་དེ་ཆག་ཀྱང་རྒྱན་གཞན་བྱང་པར་དུ་  
འཕགས་པ་ཐམས་ཅད་ཟེལ་གྱི་གཞོན་ཅིང་། རྩེ་རྩེ་པ་ལས་གྱི་མིང་མི་འདོར་ལ་  
དབུལ་བ་ཐམས་ཅད་རྣམ་པར་སྒྲིག་པ་ལྟར། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཡུད་ཅམ་སྤྱིས་  
ཀྱང་དཔེར་ན་སྒྲོན་པོ་རྒྱལ་པོའི་བྱ་བ་ལ་སྒྲོ་གོས་ཆེ་ཞིང་རང་མགོ་ཐོན་ནས་གཞན་  
མགོ་འདོན་པར་བྱེད་མཁན་དག་ཀྱང་། རྒྱལ་པོའི་བྱ་མའི་བྱ་མ་བསྐྱུན་པ་ཅམ་ཡང་  
ལེགས་པར་མི་ཤེས་པ་དག་གིས་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཟེལ་གྱིས་གཞོན་པ་ལྟར། བྱང་  
སེམས་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཉན་རང་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྣམས་རིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་ཟེལ་  
གྱིས་གཞོན་ཚུལ་རིང་སོང་གི་སྐབས་རིན་ཆེན་འབྲེང་བ་ལས། དེ་ཡི་ཙ་བ་བྱང་ཆུབ་  
སེམས། ། རིང་བང་རྒྱལ་པོ་ལྟར་བརྟན་དང་། ། ཕྱོགས་མཐས་གདུགས་པའི་སྤྱིང་  
རྩེ་དང་། ། གཉིས་ལ་མི་བརྟེན་ཡེ་ཤེས་ལགས། ། ཞེས་དང་། རྩེ་བ་ཆེས་པ་ལ་སྤྱག་  
འཆལ་བ་ལྟར་ཉ་གང་བ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ལ་སྤྱག་འཆལ་  
བ་ལྟར་དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ལ་ནི་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་རྣམས་ཀྱི་དོན་  
མཐུན་པར་མཛད་ནས། སྤྱོད་མཐུན་པོ་ཅམ་འབུལ་བ་ཆུན་ཆད་ཀྱི་དགོ་བ་ཐམས་  
ཅད་ལ་སེམས་དེ་བཅོས་མ་ཆུན་ཆད་ཀྱིས་ཟིན་པ་བྱེད་པ་དང་། སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱིང་སྤྱོད་  
ཐེབས་པའི་གསོལ་བ་འདེབས་ཅམ་རེ་མ་མཐར་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་ལ་ཁ་ཆོས་ཀྱི་ཁ་པོར་མ་ཤོར་བ་ཞིག་ཤིན་དུ་གལ་ཆེ་སྟེ། རྩེ་བོས་བྱམས་པ་  
དང་སྤྱིང་རྩེ་སྤྱོད་མི་ཤེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔལ་ཁྱིའི་བོད་ཀྱིས་འཛོག་ཤེས་པ་



ཞེས་མ་རངས་པ་མཛད་པ་ཡིན་པས་དང་པོར་རང་གི་པ་མ་དང་དགེ་སྤྱན་སོགས་  
 ཐག་ཉེ་བ་རྣམས་ལ་སྤྱིར་རྒྱུད་སྤངས་ཀྱི་མཛད་དེ་ནས་ཆེ་ཏུ་གཏོང་དགོས། དེ་  
 ལྟ་མིན་པར་ཁ་པོ་ཆེན་པོ་བྱས་ན་མི་ཡོང་སྟེ། པོ་ཏྲ་བའི་དཔེ་ཆོས་ལས་འབྱུང་བའི་  
 དཔེ་སྤྱན་པར་གསོད་ཅེས་པ། སྤྱན་པ་གཅིག་ལ་ར་གཅིག་ཡོད་པ་གསོད་  
 བསམས་ནས་ཁོ་རང་གི་འོག་དུ་བསྒྲུབ་ཏེ་བྱོད་པའི་སྤྱི་བཏོགས་པ་ན། རས་སྐད་  
 འོག་རྒྱབ་པ་གྲོང་པས་གོ་ནས་ཐོག་ཁ་ནས་བལྟས་པས། སྤྱན་པ་ཁ་སྤྱིར་སྤྱོད་ཏེ། དེ་  
 ཅམ་ཅིག་མ་བྱས་ན་འདིས་ཅི་ཡང་ཟ་མི་འདོད་ཀྱི་ཟེར་ནས་ར་སྤྱང་། དེ་བཞིན་དུ་  
 གཙང་དཔལ་འཁོར་ཆོས་སྒྲེའི་ཉེ་འདབས་རི་བྱོད་དགའ་ལྡན་གྱི་གྲུ་པ་ཞིག་གིས་ར་  
 གཡལ་གཅིག་བཟུང་སྟེ་གསོད་བསམས་ནས་ཆེ་བཅུས་པས་མིས་མཐོང་བ་ན་ཁ་  
 སྤྱིར་སྤྱོད་ཏེ། རི་བྱོད་དགའ་ལྡན་གྱི་ར་གཡལ་འདི་ཆོ་ཆེ་རེ་མ་བཅུས་ན་རྩ་རེ་ཟ་གི་མེད་  
 ཟེར་བ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡོང་གསུངས། ཡང་རྒྱ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་གྱི་ནང་ནས་  
 སྤྱིར་རྒྱུ་གཙོ་བོ་ཡིན། དེ་ཡང་སྤྱི་བོ་ཞིག་ཅན་ལ་གཙོ་བོར་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། རྩ་བོས་  
 གྲང་མི་ཞིག་ཅན་སྤྱི་མདུན་དུ་ཡོང་ན་སྤྱི་ཆབ་ཡུན་རིང་མཛད། དེ་འབྲོམ་གྱིས་ཅི་  
 ཡིན་ཞུས་པས་རྩ་བོས་སྤྱི་བོ་ངན་པ་དག་ལ་ཅིར་འཇུག་ཡང་། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 མི་ལྷས་འདི་འདྲ་ཐོབ་བཞིན་དུ་ཆོགས་བསགས་སྤྱི་བ་སྤྱིར་མི་བྱེད་པར་ངན་སོང་གི་རྒྱ་  
 འབའ་ཞིག་གྲུབ་པ་འདི་རྣམས་ཅི་དྲག་སྒྲུམ་པ་བྱེད་དགོས། ཡང་བདག་གི་སྤྱི་མ་  
 རིན་པོ་ཆེ་སོགས་ཀྱིས། མན་ངག་བདུན་གྱི་ནང་དུ་སྤྱིར་རྒྱུ་མ་བཟངས་པར། རྩིང་  
 རྩི་ཅི་གཞིར་བྱས་ནས་དེ་ལ་རྒྱ་འབྲས་བདུན་ཅིས་ཏེ། མར་ཤེས། དྲིན་དྲན། །  
 དྲིན་གཙོ། ཡོད་འོང་གི་བྱམས་པ་དང་བཞི་སྤྱིར་རྒྱུ་ཆེ་ཆེན་པོའི་རྒྱ་དང་། ལྷག་བསམ།  
 བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས། རྩིགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དང་གསུམ་སྤྱིར་རྒྱུ་ཆེ་ཆེན་པོའི་འབྲས་བུར་བྱས།  
 སྤྱིར་རྒྱུ་ཆེ་ཆེན་པོ་འདྲེན་པར་མཛད་སྒོ་ལ་ཡང་ཡོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཐོག་པ་  
 ཆེན་པོའི་ལམ་ཡོངས་རྩིགས་འདུས་པའི་སྤྱི་མ་ཆེན་པོ་ཞིག་དུ་ཡང་འགྲོ་གསུངས།



ཡང་སྒྲོང་རྡོལ་སྤྲུམ་སྤྲུམ་ཆུ་འབྲས་མན་ངག་བདུན་ཟེར་བ་མ་དག་པ་ཡིན། མན་ངག་  
 ཆུ་འབྲས་བདུན་ཟེར་དགོས་གསུངས་ཏེ་འདིར་ཡང་དེ་ལྟར་ཡོད། འང་སྤྲུམ་ཆུ་སྤྲུམ་  
 པས་ཇོ་བོ་ལ་མན་ངག་ཞུས་ཀྱང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱོང་ཟེར་བ་ཞིག་ལས་མི་འོང་  
 བྱས་པས་ཇོ་བོས་གསན་ཏེ། དེར་བདེན། ང་ལ་རྒྱ་གར་ན་ཡང་སྒྲོབ་མ་བྱེད་བོད་ཁོ་  
 བ་འདྲ་བ་མན་ངག་ལ་དགའ་བ། སྐབ་པ་ལ་མི་དགའ་བ་ཅིག་ཡོད། ཁོང་ཡང་བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་གསུངས་པ་ཡིན་འདྲུག་གསུང་། ཡང་སྤྲུམ་བྱ་འབྲིང་  
 གི་སྐབས་འདྲོད་པའི་ཉེས་དམིགས་སྒྲོམ་ཆུ་ཆར་རོལ་པ་ལས། དགེ་སྦྱོང་དག་  
 འདི་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་བྱང་བ་ནི་སྤང་བོ་ཆེ་འདམ་དུ་བྱང་པ་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཆགས་པ་ནི་ཕག་མི་གཙང་བ་ལ་ཆགས་པ་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་  
 སེམས་ཅན་རྣམས་ཞིན་པ་ནི་བྱི་རུས་གོང་ལ་ཞིན་པ་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་བཅིངས་པ་ནི་བཙོན་ར་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་ལྷུང་པ་ནི་ཕྱེ་མ་  
 ལེབ་མར་མེ་ལ་ལྷུང་བ་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་གདུམས་པ་ནི་ཉ་རྒྱུམ་  
 གདུམས་པ་ལྟ་བུའོ། འདི་ན་སེམས་ཅན་རྣམས་བསྐྱས་པ་ནི་མི་གཡོ་ཅན་གྱིས་བྱིས་  
 པ་བསྐྱབ་པ་ལྟ་བུའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བསམས་དགོས་གསུངས། ཡང་བདེ་བ་  
 དང་ཕྱད་འདྲོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་། སྤྱག་བསྐྱེལ་དང་འབྲལ་འདྲོད་ཀྱི་སྤྲིང་རྩི་  
 གཉིས་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་དུས་དང་། སྦྱིས་ཟིན་མངོན་དུ་འགྱུར་བའི་ཆོ་གོ་རིམ་ངེས་  
 པ་མེད། བདེ་བ་དང་ཕྱད་འདྲོད་ཀྱི་བྱམས་པ་དང་། ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་གཉིས་  
 མི་འདྲ་བས་ཡིད་འོང་ལ་ནི་མན་ངག་བདུན་གྱི་རྒྱ་འབྲས་ལྟར་ངེས་པ་ཡོད། རྒྱ་  
 འབྲས་ངེས་པ་མེད་གསུངས་པ་ནི་ཡིད་འོང་ལ་མི་རྩིས། ཡིད་འོང་འདི་ནི་གཙུག་ལ་  
 འཕངས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན། དེ་ཡོད་པ་ཡང་བཏང་སྟོམས་སྟོམ་པ་ལ་རག་  
 ལས། བཏང་སྟོམས་དེ་ཡང་དགའ་ལ་དགའ་དང་། གཉེན་ལ་གཉེན་མིན་སྟམ་དུ་དགའ་  
 གཉེན་གཉིས་བཀག་པ་མིན་གྱི། དགའ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བ་དང་གཉེན་ལ་བརྟེན་



ནས་ཆགས་པ་སྦྱེ་བའི་ཆགས་སྣང་གཉིས་འགོག་པ་ཡིན། དེ་འདྲ་བའི་ཆགས་སྣང་  
གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་ན་ལན་ཚུའི་རྒྱ་འབྱུངས་པ་ལྟར་འཕེལ་དུ་བདེ་བ་ལྟར་སྣང་ཡང་  
ཕྱགས་སུ་གནོད་བའི་ཕྱལ་ཆེན་པོ་སྟེར་བ་ཡིན་གསུང་ངོ་། །།



ཉིན་ཉིད་དགུ་པ།

[illegible]

བཞི། རྒྱུན་བཞི། སྟོབས་བཞི་ལས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་གསུངས་པའི་ནང་ནས་བྱང་  
 ཆུབ་གྱི་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་བསྟེན་པ་  
 འདི་ངེས་པར་དགོས་གསུང་ཡང་། རང་ཅག་གིས་གཞན་མ་བྱུང་ཁྱུང་བྱང་ཆུབ་གྱི་  
 སེམས་འདི་ཡིད་ཁར་འགོ་བ་ཞིག་མཛོད་དང་། དེ་བྱུང་ན་དགེ་བ་ཆེན་པོ་བསམ་  
 གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཞིག་བསགས་པ་ཡིན། སེམས་དེ་སྐྱེ་བའི་གོགས་སྤྱག་ཤོས་གསུམ་  
 ཡོད་དེ། ཆོ་འདིའི་སྣང་ཤས་དང་། སྐྱེ་བ་ཕྱི་མའི་ཡུན་ཚོགས་ལ་སྤྱོད་པ་དང་།  
 རང་དོན་དུ་ཞི་བ་རྒྱུད་པས་ཆོག་པར་འཛིན་པའི་ཆོག་འཛིན་གསུམ་ཡིན། ཕྱི་མ་  
 འདི་ལ་གསེར་སྤང་དང་རྣམ་བཤད་གཉིས་སུ་རང་དོན་དུ་ཞི་བ་རྒྱུད་པས་ཆོག་པར་  
 འཛིན་པ་མ་བསྐྱོག་ན་ཐེག་ཆེན་པར་མི་ཚུད་ཅེས་གསུངས། གོགས་དེ་གསུམ་གྱི་  
 གཉེན་པོ་ནི་རིམ་པ་ལྟར་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་སྟོམ་པ་དང་། འཁོར་བ་འདི་རྒྱ་ཆེ་ཞིང་  
 གཏིང་ཟབ་པ་བདག་འཛིན་གྱིས་ཤེས་བྱ་ཐམས་ཅད་ལ་བྱབ་པའི་ཚུལ་བསམས་ནས་  
 འཁོར་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ངེས་འབྱུང་དང་། སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ས་བོན་ཚུན་ཆད་  
 རྣམ་སྟོམ་པ་གསུམ་ཡིན། སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ས་བོན་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་  
 བཤེས་གཉེན་གྱི་ཁ་རྩེས་འབྲང་ནས་སྦྱར་ཆོས་ཚུན་ལ་ཡང་སེམས། དེ་བཅས་མ་  
 ཚུན་ཆད་གསལ་འདེབས་པ་དེ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་ནས་སྟངས་རྩེ་ཆེ་རུ་སོང་འདུག་ན་  
 སེམས་དེའི་ཙ་བ་བྱུག་པ་ཡིན། སྟངས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡང་བྱུང་པར་གསུམ་ལྟན་ཞིག་  
 དགོས་ཏེ། བྱམས་སོགས་བསྐྱེད་པ་དུ་མར་གོམས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བ་རྒྱུའི་བྱུང་པར།  
 སེམས་ཅན་གང་ཡང་རུང་བ་ཞིག་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་མཐོང་ཆོ་རང་གི་རྒྱུད་པ་ལ་མཚོན་  
 གྱིས་སྤྱག་པ་ལྟ་བུར་མི་བཟོད་པ་སྐྱེ་བ་ངོ་བོའི་བྱུང་པར། གཞན་དོན་ཁུར་བྱེད་གྱི་  
 ལྟག་བསམ་དངོས་སུ་འདྲེན་རུས་པ་འབྲས་བུའི་བྱུང་པར་ཏེ་གསུམ་ཡིན། ཁུར་དུ་  
 བྱེད་པའི་ཚུལ་ཆོང་དཔོན་ཆོང་ལ་སོང་ཤལ་དུ་བྱུང་གཡང་དུ་ལྟངས་ན་མ་དེ་སྟངས་རྩེ་སྐྱེ་  
 ཡང་ཐབས་མི་བྱེད། ཆོང་དཔོན་འཁོར་ནས་རྒྱ་མཚན་བཤད་པའི་ཆོ་བུ་དེ་འདོན་



པའི་ཕྱིར་དུ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ཁྱུགས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། འདི་འདྲའི་སྟངས་ཇི་ཆེན་པོ་ཁྱད་  
 པར་གསུམ་ལྟར་འདི་ཐེག་ཆེན་པ་ཁོ་ནའི་རྒྱད་ལ་ཡོད་པ་ཡིག་ཆ་ཐམས་ཅད་མཐུན།  
 སྤྱིར་ཉན་རང་གི་རྒྱད་ལ་སྟངས་ཇི་ཆེན་པོ་ཡོད་མེད་ལ་ཡིག་ཆ་མི་མཐུན། སེམས་  
 བསྐྱེད་ཅོད་པའི་དགོས་པ་ཡང་ཁ་ནང་དུ་སྟོན་ནས་ཅུང་ཟད་རེ་བསམ་པའི་ཕྱིར་ཡིན་  
 ལ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་སེམས་ཅན་སྟོ་ཡུལ་དུ་དྲན་པར་མ་བྱས་ན་བྱབ་དབང་ལ་  
 རྒྱབ་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། སེམས་ཅན་མགུ་བྱ་མ་གཏོགས་པ། ། རྒྱལ་བ་དགུས་པའི་  
 ཐབས་གཞན་མེད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་སྟངས་ཇིའི་སྐད་དོད་ཀ་རུ་ཅ་  
 ཞེས་པ་བདེ་འགོག་ལ་འཇུག་ལ། བདེ་འགོག་གི་དོན་ནི། ཞི་བའི་བདེ་བ་འགོག་པ་  
 སྟེ། འདི་ཡང་ད་ལྟ་རང་རེ་ལ་སྟངས་ཉིད་ཀྱི་ཕྱོད་བ་མེད་པས་ཉམས་སྤངས་གང་ཡང་མ་  
 བྱང་བ་མ་གཏོགས་སྟངས་ཉིད་མདོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ན་ཞི་མཐར་ལྷུང་ཉན་ཆེན་པོ་ཡོད་  
 དེ། བྱང་སེམས་ས་བརྒྱད་པ་བ་ལ་ཡང་བྱོད་ཀྱིས་སྟོན་ལ་མ་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པར་མ་  
 བྱས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཞིང་སྤངས་པར་མ་བྱས་པ་དང་། སེམས་ཅན་ཡོངས་  
 སུ་སྟོན་པར་མ་བྱས་པས་འགོག་པ་མདོན་དུ་མི་བྱའོ་ཞེས་སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཏིང་ངེ་  
 འཛིན་ལས་སྟངས་བའི་ཚུལ་མཛད་དགོས་བྱུང་བ་ཡང་། སྟངས་ཉིད་རྟོགས་པའི་བདེ་  
 བ་ལ་མཉམ་བཞག་ཁོ་ནར་བསྐྱེད་ན་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་ཆེན་པོ་ལས་ཉམས་པར་  
 འགྱུར་བ་ལ་བྱག་པ་ཡིན་ན། རང་ཅག་ལ་ལྟ་ཅི་སྟོན། ཉན་རང་གིས་ཞི་བདེ་ལ་  
 བཅོན་འགྲུས་བྱེད་ཚུལ་ཡང་བཤེས་སྤྲིངས་ལས། མགོ་འཕགས་ལ་སྟོ་བྱར་མེ་ཤོར་  
 བ། ། དེ་དག་ཕྱིར་སྟོན་བགྱི་བ་བཏང་ནས་ཀྱང་། ། ཡང་སྤྱིད་མེད་པར་བགྱི་སྤྱད་  
 འབད་འཆལ་ཏེ། ། དེ་བས་ཆེས་མཆོག་དགོས་པ་གཞན་མ་མཆིས། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། དཔེར་ན་མགོའི་ལ་ཐོད་ལ་སྟོ་བྱར་དུ་མེ་ཤོར་ན་དེ་གསོད་བའི་  
 ཐབས་མིན་པ་གཞན་གང་ཡང་བྱེད་རྒྱ་མི་དྲན་པ་ལྟར། རང་ཉིད་འཁོར་བ་ལས་ཅི་  
 ཐར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་སེམས་ཅན་ལ་སྤྱི་མིག་ཅམ་ཡང་བཟླ་རྒྱ་མི་དྲན་པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་སེམས་ཅན་སྒྲོལ་ལ་དུ་བྱམ་ཅམ་རེ་མ་མཐར་བྱས་ན་བདེ་འགོག་  
 དོན་དང་མཐུན་པ་བྱང་བ་ཡིན། ད་དུང་དེས་མི་ཆོག་སྤར་ཁྲུས་པ་ལྟར་གཞན་དོན་  
 སྤར་དུ་བྱིར་བ་ཞིག་དགོས། འོ་ན་གོ་བ་ཆགས་སྒྲུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཡུམ་བར་  
 མ་ཉི་ཁྱིམ་ལས། ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་  
 འཆང་བྱ་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་བྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ་ཞེས་  
 དང་། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་བྱིར། ། ཡང་དག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་  
 འདོད། ། ཅེས་གསུངས་ཏེ། འདིའི་མདོ་འདི་བཤད་བྱ་ཆ་བའི་མདོ་དང་། བྱི་མ་  
 འདི་དེའི་དགོངས་འགྲེལ་ཡིན། མདོའི་ཆོག་འགྲེལ་གྱི་དབང་དུ་བཏང་ན། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་ནི་ཤེས་བྱ་ཡོད་ཆད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་ནི་མཐུན་གསུམ་གྱི་རྣམ་པ་སྟགས་  
 དང་། རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་དུ་སྒྲ་སྒྲོས་པ་ནི་བྱམ་པ་མི་རྟག་པ་དང་། བྱམ་པ་བདག་  
 མེད་པ་སྟགས་བྱམ་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ལ། ད་ལྟ་བྱམ་པ་མི་རྟག་པ་སྟགས་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་རང་རང་གི་རྣམ་པ་དེའི་བདག་ཉིད་དུ་མ་རྟོགས་པ་ཡིན་པས་ན། ཆོས་རྣམས་  
 རང་རང་གི་རྣམ་པ་དང་། རང་རང་ངོ་བོ་དབྱེར་མེད་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་པས་  
 ཞེས་པའི་དོན་དང་། མངོན་པར་ཞེས་པ་དེ་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པར་འདོད་  
 པས་ཞེས་པ་དང་། རྫོགས་པར་ཞེས་པ་ནི་རྟོགས་ཟིན་རྒྱུན་ལྡན་དུ་སྒྲོམ་པར་འདོད་  
 པ་དང་། འཆང་བྱ་བར་འདོད་པས་ཞེས་པ་དེ་ལྟར་ལམ་གྱིས་འགྲོད་པ་མཐར་བྱིན་  
 པའི་འབྲས་བྱ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་  
 བྱིན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་གསུངས་པའི་ཤེས་བྱིན་ནི་ཐབས་མཁས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 ཟིན་པའི་ཀྱན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པས་དེ་ལ་བསྐྱབ་དགོས་ཞེས་པ་དང་།  
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་སྟགས་གྱི་དོན། སེམས་བསྐྱེད་ལ་འདོད་པ་དང་འདུན་པའི་  
 མིང་བཏགས་པ་ཡང་ཡིན། འོ་ན་ཀྱང་སྟགས་མེད་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སེམས་བྱང་  
 བཞེད་པ་མཁས་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེས་པར་བྱིན་རྟོགས་དཀའི་སྣང་བར་གསུངས།



སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲ་བཤད་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡང་ཡོད་དེ། ཐོགས་མེད་ཀྱིས་ཐབས་  
 བྱང་འདུན་པ། དེ་ལ་བཞེན་ནས་སེམས་ཚྡགས་བྱང་དུ་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པས་ན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཞེས་བཤད་པ་ཡིན་གསུངས། འཕགས་སེང་ཡབ་སྲས་ཀྱིས་སེམས་  
 བསྐྱེད་ལས་སེམས་བྱང་མ་བཞག་པར་སྒྲ་བཤད་དུས་ཀྱང་། འདུན་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་སེམས་ཀྱང་ཡིན་ལ། བསྐྱེད་པ་ཡང་ཡིན་པས་ན་སེམས་བསྐྱེད་པ་བཤད་པ་  
 ཡིན་གསུངས། གཞན་དོན་ཕྱིར་ཞེས་པའི་གཞན་དོན་བྱེད་ཡུལ་གྱི་གཞན་དེ་མ་ཤེས་  
 བ་དེའི་དོན་བྱེད་ལུགས་མེད་པས་དེ་ནི་རང་མ་གཏོགས་པའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 ཡིན། བྱེད་རྒྱུའི་དོན་མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ལ་འགོད་པ་ཡིན། དོན་དེ་བྱེད་  
 འདོད་པ་ཡང་བྱང་འདས་དེ་རང་གིས་ཐོབ་འདོད་མིན་གཞན་སེམས་ཅན་རྣམས་དེ་  
 ལ་འགོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་པས་དོན་དུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་སུ་རང་  
 གིས་བྱེད་པར་འདོད་པ་ཡིན། ཡང་དག་ཚྡགས་པའི་བྱང་རྒྱལ་འདོད་པ་ཡང་གཞན་  
 དོན་བྱེད་འདོད་པ་དེའི་ཡན་ལག་ཡིན་ཏེ་སེམས་ཅན་འདི་རྣམས་སངས་རྒྱས་སུ་མ་  
 བྱས་ན་དེའི་འདོད་དོན་མི་འགྲུབ། དེ་བྱེད་པ་ལ་རང་སངས་རྒྱས་དགོས་པར་སྒྲང་  
 སྒྲམ་ནས་བྱང་རྒྱལ་འདོད་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་  
 བ་སྒྲམ་པ་དེ་འདུན་པ་ཡིན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ལ་རང་གིས་  
 འགོད་སྒྲམ་པ་ནི་ལྷག་བསམ་ཡིན། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་སུ་འགོད་  
 པའི་ཕྱིར་རང་ཉིད་ཚྡགས་བྱང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཐབས་ཡིན། ཡང་གཞན་དོན་  
 དོན་གཉེར་ནི་ཉོགས་པ་བྱང་རྒྱལ་དང་། བྱང་རྒྱལ་དོན་གཉེར་ནི་སྤངས་པ་བྱང་  
 རྒྱལ་ལ་གཙོ་བོར་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡང་ཡིན། ཡང་གཞན་དོན་འདོད་པ་རྒྱུའི་ཁྱད་  
 པར་དང་། བྱང་རྒྱལ་འདོད་པ་གོགས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཉིས་བཤད་དེ། དང་པོ་ནི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དངོས་རྒྱ་དང་། མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་རྒྱུའི་ཀྱན་སྤྲོད་དང་  
 ཁྱད་མེད་པ་ལྟ་བུ་ཡིན། གཉིས་པ་ནི་མངོན་པ་ནས་བཤད་པའི་ཀྱན་སྤྲོད་དང་འདྲ་

བར་སེམས་བསྐྱེད་རང་དུས་ན་ཡོད་པ་ཡིན་ཞིང་། འདི་དང་མ་བུལ་ན་སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་མི་འབྲལ་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡང་རང་ཅག་གི་རྒྱུད་ལ་སེམས་  
 གང་བྱང་བསྐྱེད་པས་མི་ཚོག་སྒྲིབ་དཔོན་སེང་གི་བཟང་པོ་ནས་རང་ཅག་གི་ཚ་  
 བའི་སྒྲ་མ་ལ་བྱག་བྱག་གི་བར་སྒྲ་མ་ནམས་ཀྱི་བྱགས་རྒྱུད་ལ་འབྲུངས་ཤིང་གཞུང་  
 དང་མཐུན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེད་དགོས། དེ་ཡང་པ་ལ་ཚོད་པ་བྱེད་  
 པའི་དུས་ནས་གོ་བ་ཆགས་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མ་བྱུང་ན་སེམས་སྐྱེད་ཐབས་མེད་  
 ཅིང་། སྒྲགས་ཀྱི་དབང་ཆེན་ཞུ་སྐབས་ཀྱང་། ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྟོང་  
 ཁར་རྒྱ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་དང་། འོན་དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྗེ་རྟེན་པོ་ཅེ་ལྟ་  
 པའི་ནམ་པར་གྱུར་བྱས་ཀྱང་རི་བོང་ར་དང་རྒྱ་དཀྱིལ་དང་རྗེ་རྟེན་གྱིས་པ་དང་  
 བྱུང་མེད་པས་གང་ཡང་མི་ཡོང་། དེ་བས་ན་གོ་བ་ཆགས་པ་ཐོས་བྱུང་གི་ལག་རྒྱུས་  
 རེས་ཤེས་རྟེན་པ་བསམ་བྱུང་གི་ལག་རྒྱུས་ ཅེ་གཅིག་པ་སྒྲིམ་བྱུང་གི་ལས་རྒྱུས་ཡིན་  
 པས་དེ་ནམས་རིམ་བཞིན་ཡོང་བར་བྱེད་དགོས། གཞན་དོན་དོན་གཉིས་སྒྲིམ་པའི་  
 རྒྱལ་ལ། གཞན་དོན་དོན་གཉིས་སྐྱེ་བའི་གཞི་སྐྱབ་པ་དང་། གཞན་དོན་དོན་  
 གཉིས་ཀྱི་སྒོ་དངོས་སྐྱབ་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི་བཏང་སྒྲིམས་ནས་ཡིད་འོང་གི་  
 བྱམས་པའི་བར་དང་། གཉིས་པ་ནི་བྱམས་པ་སྟོང་རྗེ་ལྟག་བསམ་སྒྲིམ་པ་གསུམ་  
 ཡིན། གཞན་དོན་དོན་གཉིས་ཀྱི་སྒོ་སྐྱེ་བའི་གཞི་སྐྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ།  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་ཚ་བ་སྟོང་རྗེར་བསྟན་པ་དང་། རྒྱ་འབྲས་གཞན་ནམས་  
 དེའི་ཡན་ལག་དུ་འགྱུར་རྒྱལ་གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན། དེ་ཡང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སྐྱེ་བ་ལ་ལྟག་བསམ་དགོས། དེ་ལ་སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དགོས་ལ། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་རྗེ་  
 འབྲུ་ཞིག་དགོས་པ་ཡང་རྗེ་བོས་སྟེ་ཐང་དུ་བྱགས་དམ་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བཞུགས་པའི་  
 དུས་འབྲོམ་ལ་གསུང་བྱོན་ནས་སྒྲིམ་མ་ཉམ་ང་བ་ལས་སྒྲལ་བ་དང་། པོ་ཏྲོ་བ་རྒྱུད་  
 དུའི་དུས་མི་གཉིས་ལམ་དུ་འགྲོ་བ་གཟིགས་ཀྱང་། འདི་གཉིས་མཐུན་པ་ཞིག་བྱང་



ན་དགོངས་པ་ཡིད་པ་ལྟ་བུར་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་དགོས། ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ནི་  
 དཔེར་ན་མི་ཞིག་ན་བ་ན། དེ་ལ་ཡིད་མི་བདེ་བ་མི་སྦྱེ་བར་ཁོ་ན་ཡང་ཁྱད་མི་འདུག་  
 ལྷམ་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་སྦྱེས་ན་མི་དེ་རང་གི་ཡིད་ལ་མ་བབས་པ་འཕྲུལ་ཡིད་དུ་མི་འོང་པས་  
 ཡིད་དུ་མི་འོང་བ་ཟེར། དེ་ལྟར་མི་སྦྱེ་བར་ཡིད་འོང་སྦྱེས་ན་གཞན་དོན་དོན་གཉིས་  
 གྱི་སྦྱབ་པ་དགོས་དངོས་དེ་ཡིན། གཞི་དེ་སྦྱབ་ལུགས་ལ་མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་དྲིན་  
 གཞོ་གསུམ་སྒྲོམ་པ་ཇོ་བོའི་མན་ངག་ཡིན། ཤེས་པ་དགོས། དེ་ཡོང་བ་ལ་སྦྱེས་བྱ་  
 རྒྱུ་དུའི་སྐབས་སུ་བཤད་པའི་ལས་འབྲས་ལ་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་དད་པ་དགོས། དེ་ཡོང་  
 བ་ལ་དཀོན་མཆོག་ལ་སྙིང་ཐག་པ་ནས་སྦྱོས་འགལ་བའི་སྦྱབས་འགྲོ་དགོས། དེ་  
 ཡོང་བ་ལ་ངན་སོང་གི་འཇིགས་པ་དྲན་པ་དགོས། དེ་ཡོང་བ་ལ་འཆི་བ་མི་ཉག་པ་  
 དྲན་པ་དགོས། དེ་ཡོང་བ་ལ་དལ་འབྱོར་དོན་ཆེ་བ་དང་རྟེན་དཀའ་བ་ལ་ངེས་པ་  
 རྟེན་པ་དགོས། དེ་ཡོང་བ་ལ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉིན་ཚུལ་བཞིན་དུ་བཞུན་ནས་  
 དེས་ངོ་སྤྱད་པ་ཞིག་དགོས། དེ་འདུའི་བཤེས་གཉིན་དང་ཕྱད་པ་ཡང་ཆོགས་  
 བསགས་སྦྱིབ་སྦྱངས་ལ་ལྟོས་པས་ཡན་ལག་བདུན་པ་གཙོ་བོར་བྱས་པའི་སྦྱོར་བའི་  
 ཆོས་དུག་དགོས། དེ་འདུའི་འབྲེལ་འདི་ཤིན་ཏུ་ནས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་འདི་  
 ངེས་པར་ཤེས་པ་བྱེད་དགོས་གསུངས། སྦྱོབ་སྦྱིངས་ལས། ཉེ་དུ་འཁོར་བའི་རྒྱ་  
 མཆོའི་ཁོངས་སུ་རྒྱུད་ལྷུར་པ། ། སྦྱོང་གི་ནང་དུ་རྩུང་བ་ལྟ་བུར་སྤང་བཞིན་དུ། །  
 སྦྱེ་ཤི་འཕྲོས་པས་ངོ་མ་ཤེས་པ་དེ་བོར་ནས། ། གལ་ཏེ་གཅིག་ཐར་བྱེད་ན་དེ་ལས་  
 བྲེལ་བོར་མེད། ། ཅས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དགོ་བཤེས་དོལ་པ་རིན་པོ་ཆེས།  
 འཁོར་བ་ཁང་པ་མེ་འབར་བཞིན་ནམ། བཙོན་དོང་མི་བཟད་རྒྱུ་བའི་མིའམ།  
 རྒྱ་མཆོའི་སྦྱོང་དཀྱིལ་ནང་རྒྱུད་པ་འམ། འབྲོག་དགོན་མི་བཟད་པ་བྱམས་བཞིན་  
 བསམ་ལ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་འཁོར་བ་ཁང་པ་མེ་  
 འབར་བ་ལྟ་བུའི་ནང་དུ་རྒྱུད་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཀྱི་དོན་ཡིན་གསུངས། འཇམ་དཔལ་

གྱི་ཞིང་བཀོད་ལས་ཀྱང་བྱང་ཤར་གྱི་མཆོམས་ན་ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ་ཡུལ་སོ་སོར་  
 བྱེན་ས་རིམ་ཅན་དུ་སྒྲིམ་པ་འདི་སྒྲོབ་དཔོན་ཀ་མ་ལ་ཤེལ་འི་མན་ངག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་  
 གནད་ཤིན་དུ་ཆེ་ཡང་བྱེད་མཁན་ཉུང་། བྱེད་མཁན་སུ་ཡིན་ན་བཀའ་གདམས་  
 གོང་མ་རྣམས་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་པོ་ཏྲོ་བས། ཡུལ་སོ་སོའི་དབྱིབས་དང་། སྤྱང་  
 པ་ཇི་ཡོད་དང་། ཁ་བཏུ་སྒྲིགས་སྒྲིམ་ཆད་དེས་ཏེ། དེ་དག་གི་རྣམ་པ་བྲགས་ལ་  
 དྲན་པར་མཛད་ནས་བྱམས་སྒྲིང་རྩེ་སོགས་སྒྲིམ་པར་མཛད་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་རང་རེ་  
 རྩེས་འཕྲུག་གིས་མ་བྱས་ན་གང་ཡང་མི་ཡོང་། འབྲི་ཁྲུང་པ་ཡང་སྤར་ཆོས་འདི་དག་  
 ཡོད་དུས་སྒྲོབས་པ་འཇིག་རྟེན་གསུམ་མགོན་གྱི་ཚུལ་བྲིམས་གྱི་དྲི་མས་འབྲི་ཁྲུང་  
 ཐམས་ཅད་ཁྲབ་འགྲོ་བ་ཡོད་འཕྲུག་ཀྱང་དེ་ནི་རྩེས་འཕྲུག་གིས་པོ་མ་སྒྲིམ་པས་ཆོས་  
 འཕྲུགས་ཀྱང་རྟིང་མ་དང་། བཀའ་རྒྱུད་སོགས་གང་ཡང་མིན་པ་ཞིག་དུ་སོང་བ་ཡིན།  
 འབྲི་ཁྲུང་པ་ལ་སྤར་ཆོས་འདི་ཡོད་པའི་ཚུལ་ཡང་འབྲི་ཁྲུང་པའི་ཆོས་དྲག་ཤོས་ལྟ་  
 ལུན་གྱི་ཅ་ཆོག་ལས། སྤམ་སྤྱོད་བཞིའི་གངས་རི་ལ། ། མོས་གྲུས་གྱི་ཉི་མ་མ་ཤར་  
 བ། ། བྱིན་རྒྱབས་གྱི་ཆུ་རྒྱུན་མི་འབྱུང་བས། ། སེམས་མོས་གྲུས་འདི་ལ་ནན་ཏན་  
 མཛོད། ། ཅེས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་རྟ་པོ་ལ། ། གཞན་པ་ན་གྱི་དཀྲུས་  
 ཐོག་མ་བཅད་ན། ། ཁྲོམ་ལྟ་མི་འོད་ཆེ་མི་འབྱུང་བས། ། སེམས་སྒྲོན་འགྲོ་འདི་ལ་  
 ནན་ཏན་མཛོད། ། ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ལྟར་པོ་ཏྲོ་བས་ཇི་ལྟར་མཛད་  
 པ་ལྟར་ཁྲུང་པ་རེ་རེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྒྲིམ་སྟེ་མཐར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་ཁྲབ་པ་  
 ཞིག་བྱུང་ན་ཁྲུང་པ་དེའི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཆེ་འདི་ལ་རང་གི་མངའ་འོག་དུ་  
 འདུ་བ་ཞིག་ཡོང་། དེ་བྱུང་ན་ཆོས་གྱི་ཚུལ་པོ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས།  
 དབྱེ་བ་ནི་སྤང་པོ་བཀོད་པའི་མདོའི་རྩེས་སུ་འབྲངས་ནས་ཞེས་སོགས་གྱི་སྐབས་སུ་  
 དགོ་བཤེས་པོ་ཏྲོ་བས་སྒྲོན་སེམས་ནི་འབྲས་བུ་རྩོགས་བྱང་ཐོབ་པར་འདོད་པ་ཡིན་  
 པས་འབྲས་བུ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན། འཕྲུག་སེམས་ནི་རྩོགས་བྱང་ཐོབ་པའི་བྱིར་



དུ་དེའི་རྒྱ་སྤྱོད་པ་ལ་སྤྱོད་པར་འདོད་པ་ཡིན་པས་རྒྱ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་གསུངས། བདག་གཞན་བརྗེ་ཞེས་པ་དང་། བདག་གཞན་དུ་བྱ་ཞིང་གཞན་བདག་དུ་བྱ་ཞེས་གསུངས་པ་ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་བདག་གཅེས་པར་འཛིན་པའི་སྤྱོད་དེ་གཞན་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་ཅོ་ཐོར་གོ་ས་བརྗེས་པའི་དོན་ཡིན་གྱི། རང་ལ་གཞན་ཡིན་ནོ་སྟུང་པ་དང་། གཞན་ལ་རང་ཡིན་ནོ་སྟུང་དུ་འཛིན་པའི་སྤྱོད་བསྐྱེད་པའི་དོན་མིན་གསུངས། འདི་ནི་གཞན་གྱི་ཡིན་པས་སྟུང་ནས་ཡལ་བར་འདོར་བས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་དཔེར་ན་འདི་ནས་བལྟས་སྐབས་ཡ་རིམ་སྟུང་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་དེ་ལ་ཡ་རིམ་ཕྱིན་སྐབས་ཚུ་རིམ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལ། དེ་འདྲའི་སྤྱོད་དེ་གཉིས་ཀ་ལོག་ཤེས་མིན་པ་ལྟར། རང་ལ་གཞན་ཡིན་པར་གཞན་གྱིས་འཛིན། གཞན་ལ་རང་ཡིན་པར་ཡང་གཞན་གྱིས་འཛིན་ཀྱང་། དེ་འདྲའི་སྤྱོད་དེ་གཉིས་ཀ་སྤྱོད་ན་མཐུན་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ནམ་སྟུང་སྟེ་རྟོགས་དཀའ་བར་སྤང་གསུངས། འོན་ཀྱང་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་གཅེས་འཛིན་གོམས་པའི་དབང་གིས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་རང་གཅེས་འཛིན་ལ་གོམས་པས་རང་ལ་སྤྱག་བསྐྱེད་ལྱུང་བ་ལ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྟར། གཞན་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་གོམས་པས་སྤྱོད་དེ་ལྟར་སྤྱོད་པ་ཡིན་གསུངས། རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་སྐྱོར་ལ་སྤྱོད་པ་ལྟུང་པའི་གསུང་རྒྱུན་དུ་ཉན་རང་དག་བཅོམ་ལ་རང་གཅེས་འཛིན་གྱི་གཞི་ཉིན་བདག་འཛིན་མེད་པས་རང་གཅེས་འཛིན་ཀྱང་དཔེར་ན་གྱང་ཞིག་པའི་ཆོ་གྱང་རིས་ཞིག་པ་དང་འདྲ་ཞེས་འབྱུང་། རུ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆེན་དོ་རྗེ་འཆང་ཆེན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ནི་ཉན་རང་དག་བཅོམ་ནི་བདེ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་གོམས་པས་གཞན་ནི་བདེ་ལ་སྟུང་པས་འཇུག་པ་ལས་རང་དེ་ལ་སྟུང་པས་འཇུག་པ་འདམ་པ་ཞིག་ཡོད། དེ་ནི་རང་གཅེས་འཛིན་ཡིན་གསུང་བ་ཡིན་གསུངས། ཡང་སྤྱང་རི་ཐང་པའི་ཞལ་ནས་ཤུ་པོ་པ་དང་དེད་གཉིས་ལ་མི་ཐབས་བཅོ་བརྒྱད། ཉ་ཐབས་གཅིག་དང་བཅུ་དགུ་ཡོད། ཅེས་པའི་མི་ཐབས་བཅོ་བརྒྱད་ནི། བདག་གི་

སྒྲུབ་སྒྲིབ་དཔོན་རིན་པོ་ཆེས། དེར་སང་འཛིན་ཉེན་ན་མི་བྱེད་དགུ་བྱེད་དགུ་  
གཉིས་ལྷག་པའི་བཅོ་བརྒྱད་བྱེད་བེར་བ་ལྟར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་སྒྲུབ་ཆོག་པའི་  
དོན་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་གངས་འདྲེན་རྒྱ་མེད་ཅེས་གསུང་གིན་ཡོད། ཉ་ཐབས་ནི་  
རང་གཅེས་འཛིན་ལ་དགུར་བལྟས་ནས་ཅི་གཞོད་དུ་སྦྱོར་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱས་  
པས་འབྱུང་པའི་གཞོད་པ་ཡང་བསྐྱུང་བྱུང་སྟེ། བྱ་འདུལ་འཛིན་གྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་  
མཛད་པས་པེ་ཏར་གྱིས་གཞོད་པ་བསྐྱུལ་ཀྱང་གང་ཡང་མ་བྱུང་བ་ཡིན་གསུངས།  
ཡང་ཆོག་གི་གྱིང་ཁུར་ན་དོན་གྱི་ཁེ་ཐོབ་ཡོང་གསུང་། གསུམ་པ་ནི། སེམས་ཅན་  
སྒྲོས་སྤངས་པའི་ཆད་ནི་ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ། ད་ལྟར་ཅག་གི་སེམས་ལ་དུས་  
ནམ་ཡང་འདིའི་དོན་མི་བྱ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་མི་སྒྲོ་སྒྲུབ་པ་ཡོང་ཡང་། རང་ལ་ཤིན་ཏུ་མི་  
འདོད་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་དག་ཞིག་ལ་ན་ཆ་དག་པོ་ཞིག་བྱུང་བའི་ཆེ་གང་ཡང་མི་  
བསམ་པར་བཏང་སྒྲུབ་སྒྲུབ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་སྒྲུབ་ན། དེ་སྐབས་དུས་ནམ་ཡང་འདིའི་  
དོན་མི་བྱ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲོ་སྒྲུབ་ཆར་བ་ཡིན་གསུངས། གཡོ་རྒྱུ་སྐབས་རྒྱལ་བ་ཡེ་ཤེས་  
འབྱུང་གནས་བེར་བ་ཞིག་འཕན་པོར་བྱུང་སྟེ། དེས་མི་གཞན་ལ་ན་འདྲ་སྒྲུལ་དུ་  
གཏོང་དགོས་བྱུང་བའི་དུས། ཐག་རིང་སར་ཡིན་ན་མིས་འགྲོ་རྒྱུ་གསུམ་མི་ཡོང་  
བསམས་ནས། བྱོད་ཐག་ཉེ་ས་ཞིག་དུ་སོང་བེར། དེ་ཁས་སྤངས་པ་དང་། ད་དེ་  
ནས་པར་ཆད་ཅིག་སོང་བེར། ཡང་ཐག་ཉེ་སར་མིས་མ་སོང་དོགས་ནས། བྱོད་  
ཐག་རིང་ས་ཞིག་དུ་འགྲོ་རྒྱུ་གསུམ་མི་ཡོང་བེར། དེ་མི་ཡོང་བེར་ནས་ཁས་མ་སྤངས་དུས།  
འོ་ན་དེ་ལས་ཐག་ཉེ་བ་འདི་འདྲ་ཞིག་དུ་སོང་དང་བེར་ཉེ་གཡོ་ཤ་ལྟག་བྱེད། དེ་འདྲ་  
ནི་རང་རེ་རྣམས་ཀྱིས་རྣམ་པ་ཀུན་དུ་མཛད་ན་མི་ཡོང་གསུངས། གསུམ་པ་ནི་སྒྲོན་  
སེམས་གཏོང་བ་དང་ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་སུ། སྒྲོན་སེམས་གཏོང་བ་དང་།  
སེམས་ཅན་སྒྲོས་གཏོང་བ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་པ་གཏོང་བ་ཡིན་གསུངས།  
དེ་ཡང་གང་ལ་སྦྱོད་པའི་ལོངས་སྦྱོད། གང་གིས་སྦྱོད་པའི་ལུས་ཞེས་སྒྲུབ་ཀྱི་



སྐབས་སུ་གང་ལ་ལོངས་སྤྱད་པའི་ལོངས་སྤྱད་སྤྱོད་པས་འགྲུབ། གང་གིས་ལོངས་  
 སྤྱད་པའི་ལུས་རྒྱུ་ཤིམས་ཀྱིས་འགྲུབ། གང་དང་ལྷན་ཅིག་ཏུ་སྤྱད་པའི་འཁོར་དང་  
 གྲགས་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་པ་བཟོད་པས་འགྲུབ། དེའི་ཚེས་བྱའམ་ལས་ཀྱི་མཐའ་གང་  
 བཅམས་པ་ནམས་ཡིད་བཞིན་དུ་འགྲུབ་པ་བཅོན་འགྲུས་ཀྱིས་འགྲུབ། དེ་དག་ཕུན་  
 སུམ་ཚྭ་གས་པ་ཆང་ཡང་སེམས་ཅེ་གཅིག་པའི་བསམ་གཏན་མེད་ན་ཉན་མོངས་ཀྱི་  
 དབང་དུ་འགྲོ། དེ་ཡང་དཔེར་ན་རྒྱ་ཤིང་ལ་འབྲས་བུ་མི་ཆགས། གལ་ཏེ་ཆགས་ན་  
 སྤྱང་པོ་ཡང་འགྲུལ་འགྲོ། དེའུ་མོ་ལ་བུ་ཆེན་པོ་མི་ཆགས། ཆགས་ན་མ་བུ་གཉིས་ཀ་  
 ཤི་བ་ལས་འོས་མེད། དེ་བཞིན་དུ་དེ་དག་ཕུན་སུམ་ཚྭ་གས་ཀྱང་ཉན་མོངས་ཀྱི་  
 དབང་དུ་སོང་ན་དཔེ་དེ་དག་དང་འདྲ་བས་དེའི་དབང་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་བསམ་  
 གཏན་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་དགོས་པས་ཕྱི་མ་ལ་དེ་དག་ཡོང་བའི་ཕྱིར་ཕར་ཕྱིན་དུག་  
 ལ་བཅོན་དགོས་གསུངས། ཡང་སྤྱོད་པའི་ངོ་བོ་ནི་ལོངས་སྤྱད་ལ་མ་ཆགས་པ་དེ་ཁ་  
 ཡིན་གསུངས། ཡང་དེས་ནི་བདག་ལ་ཕན་བཏགས་ལ། བདག་ནི་དེ་ལ་གནོད་  
 བྱེད་ལ། ། ཞེས་སོགས་ལྟར་མི་བྱེད་པར་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་བྱེད་རྒྱ་ཅམ་ཡིད་ལ་མ་  
 བརྟེན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། རང་དོན་བྱས་པས་རང་ཅག་ད་བར་འཁོར་བར་འབྲམས་  
 པ་ཡིན། སྤྱུ་ཐུབ་པས་གཞན་དོན་བྱས་པས་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་གསུང་། ཡང་  
 སྤྱིར་བཏང་སྟོམས་ལ་མ་བཏགས་བཏང་སྟོམས་དང་། དགེ་མི་དགེ་གང་ཡང་མིན་  
 པའི་འདུ་བྱེད་ཀྱི་ལས་ལྟ་བུ་འདུ་བྱེད་བཏང་སྟོམས་དང་། སེམས་གདུང་གང་རུང་མ་  
 ཡིན་པའི་བར་མའི་ཆར་བ་ལྟ་བུ་ཆར་བ་བཏང་སྟོམས་སོགས་ཡོད་ཀྱང་དེ་དག་ནི་  
 འདིར་སྟོམ་བྱ་མིན། འོ་ན་གང་སྟོམ་ན་ཆད་མེད་བཏང་སྟོམས་བསྟོམས་དགོས་ལ།  
 དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཉེ་རིང་ཆགས་སྤང་དང་བུལ་བའི་བཏང་སྟོམས་དང་  
 རུང་མི་འདྲ་བ་ཡིན། ཡང་མ་ལ་རང་གི་བྱ་ན་པའི་ཆེ་མི་བཟོད་པའི་སྤྱིང་རྩེ་ཤུགས་  
 དྲག་སྤྱི་བ་ཡོད་ཀྱང་དེས་ནི་དམིགས་ཡུལ་ཐམས་ཅད་མ་མཐོང་བས་སྤྱིང་རྩེ་ཞེས་བ་

ཡིན། དེ་དག་གྲུང་བྱུན་མཚམས་སུ་དྲན་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་མར་ཤེས་སྒྲེལ་  
 རྒྱལ་ལ་ལུང་གིས་སྐྱབ་པ། རིགས་པས་སྐྱབ་པ། དཔེ་བསྟན་པ་སོགས་ཡོད་པ་ལས་  
 འདིར་ནི། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་རང་གི་མ་ཡིན་ཏེ། རང་གི་སྐྱེ་བ་ལ་ཐོག་མ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སེམས་ཅན་གྲངས་མེད་པར་མི་འགྱུར་ཏེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་རང་གི་མ་བྱས་ནས་སེམས་ཅན་ཟད་དེ་སྤྲར་ཡང་མ་སྤྲོད་མ་དེས་ལྷབ་ནས་བྱེད་  
 དགོས་བྱུང་བས་སོ་ཞེ་ན། དེ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ། མ་སྤྲོད་མ་ཞེས་པ་གྲངས་མེད་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ་རང་གི་སྐྱེ་བ་ལ་ཐུག་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྣམ་འགྲེལ་གྱི་དོན་ལྟར། བྱ་  
 རྒྱུད་སྐྱེས་མ་ཐག་པའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། རིག་པ་སྤྲ་མ་སྤྲོད་དུ་སོང་བ་ཡིན་ཏེ།  
 རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ཐུག་མེད་དུ་སྐྱབ་  
 རིགས་པའི་ཕྱིར། སྐྱེ་བ་སྤྲ་མའི་མ་དེ་རང་གི་མ་མ་ཡིན་སྟུང་ན། དེ་ཡིན་ཏེ། ཁ་  
 སང་གི་དུས་ཀྱི་མ་དེ་ཡང་རང་གི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འགོད། མར་ཤེས་འདི་སྐྱེས་  
 བ་སྤྲོད་རྗེ་དབང་མེད་དུ་སྐྱེས་ཡོང་། དེ་ཡང་སྤྲོད་འབྲོམ་རིན་པོ་ཆེ་ཡིས་སྐྱུལ་པའི་བྱ་  
 ཀྱན་དུ་དགའ་ཞེས་པ་རང་གི་ཡབ་ཀྱིས་སྐྱེས་ལ་བསྟེན་བཀུར་དུ་བཅུག་པས།  
 མཚམས་ཤིག་སྐྱེས་ཀྱིས་མཚོན་སྐྱབ་བྱེད་པས་བ་སྤྲོད་ཀྱི་ཤ་བྱིར་ཤོག་བྱས་པས་ཁོ་  
 རང་གི་ཡུམ་བྱིད་དེ་སྐྱེས་ཀྱི་ལག་དུ་གྱི་གཏད་ནས་འདི་གསོད་ཀྱི་བར་ཞིག་བྱས།  
 འདི་བྱོད་ཀྱིས་མ་ཡིན་མོད་བསད་པར་ག་ལ་རུང་བ་སྤྲོད་ཀྱི་ཤ་བྱིར་ཤོག་བྱས་པས།  
 ཡང་གཟན་ཆེ་རྒྱུད་མཉམ་པ་དབྱིབས་དང་མདོག་ལ་བྱུང་མེད་པ་གཉིས་བྱིར་ཏེ་སྐྱེ་  
 སྐྱེས་ཀྱི་མདུན་དུ་བཞག་ནས། གཉིས་ཀ་ནས་གྱིས་ཆེ་རྒྱུད་མཉམ་པར་བཅད་དེ་  
 ཁོ་རང་ཡང་བཞེས་སྐྱེས་ཀྱིས་ཡང་གནང་། དེ་ནི་བ་སྤྲོད་མ་ཡིན་རྒྱལ་དང་། དེ་  
 ཡང་ཁོ་རང་དང་སྐྱེས་ཀྱིས་གཉིས་ཀའི་མ་ཡིན་པས་གསོད་མི་རུང་རྒྱལ་བར་འཛོམས་  
 ཀྱིས་བསྟན་ཏེ། དེས་བྱིན་བྱས་ནས་ཡབ་ཡུམ་སོགས་སྐྱེ་བོ་མང་པོ་ལེགས་ལམ་ལ་  
 བཀོད་པ་ཡིན་གསུངས། ། །



# ཉིན་སྐུ་ཅུ་པ།

བཅོམ་ལྷན་འདས་དང་གཉིས་སུ་མ་མཆིས་པ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཆེན་པོས།  
 སེམས་སྦྱང་ཐེག་མཆོག་ལམ་གྱི་གཞུང་ཤིང་སྟེ། ། རྒྱབས་ཆེན་སྦྱང་པ་ནམས་ཀྱི་གཞི་  
 དང་ཉིན། ། ཆོགས་གཉིས་ཀྱན་ལ་གསེར་འབྱར་ཅི་ལྟ་བུར། ། རབ་འབྱམས་དག་  
 ཆོགས་སྦྱང་པའི་བསོད་ནམས་གཏེར། ། དེ་ལྟར་ཤེས་ནས་རྒྱལ་སྐུ་དཔལ་པོ་  
 རྣམས། ། རིན་ཆེན་སེམས་མཆོག་ཐུགས་དམ་མཐེལ་དུ་མཛད། ། རྒྱལ་འབྱོར་  
 དས་ཀྱང་ཉམས་ལེན་དེ་ལྟར་བྱས། ། ཐར་འདོད་བྱིད་ཀྱང་དེ་བཞིན་བསྐྱང་འཆལ་  
 ལོ། ། ཞེས་པའི་ལུང་འདྲིན་གནང་བ་དང་བཅས་སྟོན་འགྲོའི་གསུང་བཤད་སྦྱིད་དང་།  
 བྱང་པར་དཔེར་ན་ལྟ་སར་འགྲོ་བ་ལ་ལམ་འདི་ནས་ཕྱིན་ན་ལྟ་སར་སྟེབ་ལ། གཞན་  
 ནས་ཕྱིན་ན་མི་སྟེབ་པའི་ཆོད་ཀྱི་ལམ་དང་འདྲ་བར་སེམས་འདི་བསྦྱང་ན་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སར་སྟེབ་ལ། མ་སྦྱང་ན་མི་སྟེབ་པའི་སེམས་ཡིན་པས་སེམས་བསྦྱང་འདི་རྒྱལ་བ་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱི་བསྟོད་པ་གཅིག་པའི་གཞུང་ལམ་ལྟ་བུ་ཡིན། རྒྱབས་ཆེན་སྦྱང་པ་ནི་  
 ཆོགས་གཉིས་ཏེ། དེ་ཡང་རིན་ཆེན་འཕྲུང་བ་ལས། གཟུགས་ཀྱི་སྦྱ་དེ་མདོར་བསྟུ་  
 བ། ། རྒྱལ་པོ་བསོད་ནམས་ཆོགས་ལས་འབྱུངས། ། ཆོས་ཀྱི་སྦྱ་དེ་མདོར་བསྟུ་  
 བ། ། རྒྱལ་པོ་ཡེ་ཤེས་ཆོགས་ལས་འབྱུངས། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཆོགས་གཉིས་  
 ཡོང་མི་ཡོང་ཀྱང་སེམས་བསྦྱང་འདི་ལ་རག་ལས། བ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་དང་ཕྱིན་བྱེད་  
 ཀྱང་འདི་ལ་རག་ལས་པས་འདི་གསེར་འབྱར་གྱི་ཅི་ལྟ་བུ་ཡིན། ཆོགས་རྫོགས་  
 ཐབས་ཀྱི་གྲོགས་ཀྱང་ཀྱན་རྫོབ་སེམས་བསྦྱང་དང་དོན་དམ་སེམས་བསྦྱང་གཉིས་པོ་  
 འདི་ཡིན། དག་བ་རང་རྒྱུད་ལ་སྦྱང་པར་བྱེད་པ་ཡང་འདི་ཡིན། རྒྱུ་འབྲས་བུ་ལ་མི་  
 བསྟུ་བ་དང་འབྲས་བུ་རྒྱུ་རྫོང་སྐུ་ཕྱིན་བྱེད་ཡིན་ཅིང་། སེམས་བསྦྱང་པ་ལ་བརྟེན་

ནས་འབྲས་བུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པ་ཡིན་པས། རྣམ་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པའི་རིགས་  
 པ་དུ་ལྷན་གྱི་ལ་ལ་ཆོས་ཅན། མེ་ཡོད་དེ། ཏུ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་འདི་ཆོ་ཡང་  
 གནད་ཆེན་པོ་ཡིན། དེ་བཞིན་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་དེ་བསོད་ནམས་མི་ཟད་པར་  
 བྱེད་པའི་གཏེར་ཆེན་པོ་ཡང་ཡིན། དེ་ལྟར་ངེས་ཤེས་རྟེན་ནས་བྱང་ཆུབ་གྱི་སེམས་  
 ཐུགས་དམ་གྱི་མཐིལ་དུ་གཟུང་སྟེ། སྤྲ་མ་དོན་ཡོད་མཁས་གྲུབ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་  
 མཛད་དགོས་གསུངས། མར་ཤེས་སོགས་བསྐྱོམས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་འདི་  
 ཤེར་ཕྱིན་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་གྱི་མན་ངག་སྤྱོད་དཔོན་ཞི་བ་འཆོ་དང་ཀ་མ་  
 ལ་ཤེལ་སོགས་ནས་བརྒྱུད། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོ་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ཚུལ་  
 བྱི་སྤྱོད་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་དང་པལ་ཆེན་སོགས་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་སྤྱོད་དཔོན་ལྷ་  
 རྒྱུབ་དང་། རྒྱལ་པའི་སྤྲུལ་པོ་ཤརྟེ་དེ་ལ་སོགས་ནས་བརྒྱུད་པའི་མན་ངག་ཡིན་  
 གསུངས། ཡང་ཤ་བ་ཆོ་ཡང་རང་གི་མའི་ཤ་བའི་ཆོད་ཅམ་ཏུ་འཛིགས་རྒྱས་པ་  
 ཞིག་བྱང་ན་མར་ཤེས་གྱི་རྟོགས་པ་སྦྱེས་པ་ཡིན། དེ་མ་བྱང་ན་བྱང་སེམས་གྱི་སྤྲོ་མ་  
 ལྷན་ཡིན་པ་དང་། གསང་སྤྲུགས་གྱི་སྤྲོ་མ་ལྷན་ཡིན་པ་དགོངས་པ་འབྲེད་ལ་ཞུས།  
 ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་མ་ཡིན་ཏེ་ངོ་ཤེས་གི་མི་འདུག་པ་སྤྲུལ་པ་བྱང་ན། དེ་  
 ལ་ཆོ་འདིའི་མ་བུ་ཡུན་རིང་མ་འབྲད་པའི་དབང་གིས་ངོ་མ་ཤེས་པའི་ཚུལ་སྤྲ་མ་  
 ཡོངས་འཛིན་རིན་པོ་ཆེའི་རྣམ་ཐར་ཏུ་གསུངས་པ་ལྟ་བུ་ཡིན་པས་དེ་ཅམ་ལ་ངེས་པ་  
 གང་ཡང་མེད་སྤྲུལ་ཏུ་བསམས་དགོས། དེ་ལྟར་མར་ཤེས་ནས་དྲིན་དྲན་དགོས་པས་  
 དྲིན་ལ་གསུམ་མམ་བཞི་ཡོད་དེ། གསུམ་བྱེད་ན། སུན་པའི་དྲིན། རྒྱག་བསྐྱལ་  
 རྒྱར་བའི་དྲིན་འདི་ཡང་དང་ཏུ་སྦངས་ནས་རྒྱར་པ་ཡིན། གྲོགས་བྱེད་པའི་དྲིན་  
 དང་གསུམ། བཞི་བྱེད་ན་ཕྱི་མ་འདི་ལ་མི་འགྲུབ་པའི་གྲོགས་བྱེད་པའི་དྲིན་དང་  
 བདེ་བའི་སྦྱོད་གྲོགས་བྱེད་པའི་དྲིན་གཉིས་སུ་བྱེ་ནས་བཞིར་བྱེད། མི་འགྲུབ་པའི་  
 གྲོགས་ནི་གཞན་སུས་ཀྱང་མི་འགྲུབ་པའི་གྲོགས་རང་གི་མས་བྱེད་པ་ཡིན། འདི་



དག་སྒྲིམ་པའི་ཆེ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མིའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་བསྒྲིམས་ནས་རང་དེའི་  
 མངལ་དུ་གནས་པ་དང་། ཕྱིར་བཅས་པ་སོགས་ཀྱི་ཉམས་འདོན་པ་སོགས་བྱེད་པ་  
 ཡིན། དྲིན་དེ་ཡང་ལམ་རིམ་འདིར་མདོར་ན་ཤེས་ཆ་དང་རྒྱས་ཆ་དང་གྲིས་པན་  
 བཏགས་ཞེས་པ་འདིར་འདུས་པ་ཡིན། ད་ལྟ་རང་ཅག་གིས་མཐོང་བའི་བྱིའུ་འདི་  
 ཆོས་ཀྱང་བྱིའུ་སྤྱུག་ལ་དག་མེད་པའི་ཆེ་སྐད་སྒྲན་བར་སྒྲིག་པ་དང་། དག་མཐོང་  
 བའི་ཆེ་ལུས་ཀྱི་བྱེད་ཤ་དང་། སྐད་ཀྱང་མི་སྒྲན་པར་སྒྲིག་པ་དང་། ཟ་རྒྱ་རྣམས་  
 ཀྱང་དེའི་ཁར་མ་རང་གིས་འཇུག་པ་སོགས་དྲིན་གྱིས་སྦྱོང་རྒྱུ་མདོན་སྤྲུལ་དུ་མཐོང་  
 བ་ལྟར་ཡིན་མོད། དེ་བཞིན་དུ་རང་ཅག་གི་ཆེ་འདིའི་མས་ཀྱང་དང་པོར་མངལ་དུ་  
 བསྐྱངས་རྒྱུ་དང་། ཕྱིར་བཅས་ནས་ཤིའི་འབྲུ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་བདེ་བ་སྐྱབ་  
 པ་དང་། སྤྱུག་བསྐྱལ་སེལ་བའི་ཐབས་སྣ་ཆོགས་ཀྱིས་བསྐྱངས་རྒྱུ་དང་། དེ་ནས་  
 རུང་བཟང་ལོངས་པ་ན་ཟ་ལུགས་འགོ་ལུགས་སོགས་འཇིག་རྟེན་དང་མཐུན་པར་བྱེད་  
 རྒྱུ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཐ་སྐད་རྒྱུ་ཆ་དང་ཀྱང་བསྐྱབ་རྒྱུ་སོགས་བསྒྲིམས་ལ། དེ་  
 ཡང་ཆོས་དཔེར་བྱོ་བ་མེད་ཀྱང་རྒྱ་ཞིམ། སྦྱོ་སྤྱུག་མེད་པར་མ་བྱམས་ཞེས་པ་ལྟར་  
 བསྒྲིམས། དེའི་ཆེ་ཡང་ཆེ་འདིའི་མ་རྣམས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་ཞིག་གསལ་བཏབ་ནས་  
 སྒྲིམ་དགོས། བྱད་པར་དུ་དང་པོ་མིའི་སྒྲིག་འདི་ཡང་མ་འདིས་སྦྱོན། དེ་ནི་མ་  
 འདིས་བདག་པོ་མ་རྒྱབ་ན་ཤི་བ་ལས་འོས་མེད་པ་ལ་བདག་པོ་རྒྱབ་པས་འདིས་ངའི་  
 སྒྲིག་མགོ་བཏོན་པ་ཡིན་པས་དྲིན་ཤིན་དུ་ཆེ་སྤྲུལ་དུ་སྒྲིམ་དགོས། འདི་ནི་བྱང་  
 སེམས་ལ་མ་གཏོགས་ཉན་རང་དག་བཅོམ་པ་ཡོང་སྲིད་དཀའ་བར་གསུངས་པ་ཡིན།  
 འོན་ཏེ་ལྟར་དྲིན་ཆེན་དྲིན་གཙོ་དགོས་སམ་ཞེན་གཙོ་དགོས། གཙོ་རྒྱུ་འཇིག་  
 རྟེན་པ་ལྟར་ཅམ་ཁྱུག་གང་ཡར་བཞག་འཇམ་སྤྱིང་ཅམ་པས་བཀང་སྟེ་བྱིན་ཡང་དེ་  
 ཅམ་གྱིས་དྲིན་མི་འཇོལ། དེ་ཡང་མས་རང་ལ་དྲིན་གྱིས་ཇི་ལྟར་བསྐྱངས་པ་ལྟར་  
 རང་གིས་ཀྱང་མ་ལ་ཡང་ཡང་དེ་ལྟར་བྱས་པ་འདྲ་འདྲ་ཡིན་ཀྱང་དེ་ཅམ་གྱིས་དྲིན་མི་

འཁོར་བར་མཐོང་ནས་ད་རེས་དེ་ལས་ལྷག་པའི་དྲིན་གཙོ་ཞིག་བྱེད་དགོས། དེའི་  
 རྒྱལ་ཡང་ད་རེས་ངས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ཞལ་ནས་སངས་  
 རྒྱས་རྒྱལ་པའི་ཐབས་མ་ཞོར་བ་འདི་འདྲ་ཉན་རྒྱ་བྱུང་བ་ཡང་ཨ་མ་འདིས་ངའི་སྲོག་  
 མགོ་བཏོན་པ་ཁོ་ནའི་བཀའ་དྲིན་ཡིན། དེ་ལ་ཆོས་ཀྱི་དྲིན་གཙོ་ཞིག་བྱེད་དགོས་  
 པར་སྤངས་སྒྲུབ་དུ་བསམས་དགོས། དྲིན་དྲན་སྟགས་མེད་ན་མར་ཤེས་ཅམ་གྱིས་ཕན་  
 མི་ཐོགས་ཏེ། རྩོན་རྒྱ་གར་ན་མོན་བྱ་ཞེས་བྱ་བ་མ་ལ་ཤིན་དུ་སྤངས་བ་ཞིག་ཡོད་པས་  
 དགེ་བཤེས་གཅིག་གིས་ཕ་མ་ལ་བྱམས་པར་བྱས་པའི་ཕན་ཡོན། སྤངས་བར་བྱས་  
 པའི་ཉེས་དམིགས་རྣམས་གསུངས་པས། མ་དེ་ཆོག་ནས་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་ཁོ་མོན་བྱ་  
 འདུག་གམ་མི་འདུག་ཟེར་བ་དེ་འདྲ་བྱུང་། མ་ལ་ཆོས་ཀྱི་དྲིན་གཙོ་སྟོན་རྒྱལ་ནི།  
 སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་མ་རྒྱས་འཁོགས་ཀྱི་རྣམ་པར་གསལ་བཏབ་ནས། བསྐྱབ་  
 བཟུངས་ལས། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་འཁོར་བའི་འབྲོག་དགོན་པར་ནི་  
 འབྱམས། ཐམས་ཅད་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ནི་ལོང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལོང་  
 བྲིད་ནི་མེད། གྲོགས་ཀྱི་འཁར་བ་དང་ནི་བྲལ། དུག་གསུམ་གྱི་བཙོང་གིས་ནི་  
 མནར། གཏི་ལྷག་གི་ལུན་པ་ནི་འཐིབས་ཞེས་སྟགས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་ངའི་མ་  
 འདི་རྣམས། འབྲོག་དགོན་ཏེ་ལུང་སྟོང་དུ་སྐྱེབ་པ་དང་འདྲ་བར་འཁོར་བར་  
 འབྱམས། དེར་འབྱམས་པར་མ་ཟད་མིག་གཡས་པ་ཀུན་རྫོབ་ལ་ལྷ་བའི་མིག་ནི་  
 ལས་འབྲས་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པའི་ལིང་ཏྲོག་གིས་འགྲིབ། མིག་གཡོན་པ་དོན་  
 དམ་ལ་ལྷ་བའི་མིག་ནི་དེ་ཁོན་ཉིད་ལ་རྫོངས་པའི་མ་རིག་པའི་ལིང་ཏྲོག་གིས་འགྲིབ།  
 དེས་ཀྱང་མི་ཆོད་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་བྲིད་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་གྱི་ལོང་བྲིད་  
 ནི་མེད། ལས་འབྲས་ལ་བྱད་དུ་མི་གསོད་པའི་དད་པ་དང་ལྷན་པའི་གྲོགས་ཀྱི་  
 འཁར་བའི་བཏོན་དང་ནི་བྲལ། ཉན་མོངས་དུག་གསུམ་གྱི་གཙོང་ནད་དུག་པོས་ནི་  
 མནར། གཏི་ལྷག་གི་ལུན་པ་ལུན་ནག་ནི་འཐིབས། ཉེས་ལྷང་གི་ཆར་ཆེན་པོ་ནི་



རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་འབབ། མཐོ་རིས་དང་ཐར་པའི་རྒྱ་དགེ་བའི་སྒྲིག་གཅོད་པའི་  
 གཅན་གཟན་མ་རུངས་པ་དུ་མས་ནི་མཐའ་ལུང་རུ་རུ་བསྐྱོར། ངན་སོང་གི་གཡང་  
 ཁ་ཆེན་པོ་ནི་དུས་ཉག་དུ་འགྲིམས། དེ་ཡིན་ཏེ་མཐོ་སྤྱོད་ཅེར་སྒྲིམ་ཀྱང་དཔེར་ན་  
 ཡར་བཏེག་ནས་དབྱུགས་ན་ཞེད་པོ་བརྒྱབ་ཡོང་། དེ་བཞིན་དུ་མཐོ་ས་ནས་ངན་  
 སོང་དུ་དབྱུགས་པ་ནི་ཤིན་དུ་འཇིགས། ཡང་བྱི་འཐེན་འཐེན་ནས་སྤྱོད་ན་ས་  
 མཆོང་གནམ་མཆོང་བྱེད་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོང་འདོད་པའི་ཉགས་ཡིན་པས་དོན་དུ་ངན་  
 སོང་གི་གཡང་ཁ་འགྲིམ་པ་རང་ཡིན། དེ་ལྟར་མཐོ་སྤྱོད་ཅེ་ནས་དམའ་མནར་མེད་  
 གྱི་བར་ཐམས་ཅད་ལ་གོམ་པ་རེ་རེ་ནས་རྟེན་འཆའ། མདོར་ན་བཏང་སྒྲོམས་ཏེ་  
 བྱལ་པ་འདུ་བྱེད་གྱི་སྒྲིག་བསྐྱེད་གྱི་མལ་དུ་ལུས། བདེ་བའི་སྒྲིགས་གྱིས་བསྐྱེད་  
 གྱིས་བསྐྱེད། སྒྲིག་བསྐྱེད་གྱི་ཐག་པས་བཅིངས་པ་ཡིན་པས་འདི་རྒྱམས་གྱི་དོན་བྱེད་  
 པའི་ཁྱུང་ང་ལ་མ་བབས་ན་སྤྱུ་ལ་བབས་སྒྲུལ་པ་ལྟ་བུའི་ལྷག་བསམ་དེ་སྒྲིལ་ནས་སྒྲོམ་  
 དགོས། དེ་ལྟ་བུའི་གཞན་དོན་ཁྱུང་དུ་བྱིར་བ་དེ་དྲིན་གཟོའི་དུས་ཀྱང་ཡོད་མོད།  
 ལྷག་བསམ་འདིར་བསྒྲོམས་པ་ནི་དེའི་ཆད་རྫོགས་པའི་བྱིར་ཡིན། གཞན་དོན་དོན་  
 གཉེར་གྱི་སྒྲོ་སྒྲེ་གཞི་ཡོད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྒྲེ་བའི་བྱིར་དུ་མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་དྲིན་  
 གཟོ་གསུམ་བསྒྲོམས་པ་ནི། དཔེར་ན་པ་བོང་ཆེན་པོ་ཞིག་འགོག་འདོད་ན་སྒྲོན་ལ་  
 དེའི་གཡས་གཡོན་ས་སེལ་རྩོལ་བྱེད་པ་དང་འདྲ། དེ་ལྟར་བསྒྲོམས་པས་སེམས་  
 ཅན་ཇི་འདྲ་ཞིག་མཐོང་ཡང་དེའི་མགོ་ལ་བྱེད་བྱེད་འདོད་པའི་ཆོད་ཅམ་གྱི་སྒྲོ་  
 སྒྲེ་བ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡོད་འོང་གི་བྱམས་པ་སྒྲེས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བྱམས་པ་བསྒྲོམས་  
 བྱེད་སྒྲིང་རྩོམ་ཚུལ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་བསྐྱེད་དཔག་དུ་མེད་པ་རེ་རེ་ནས་  
 སེལ་འདོད་པ་བྱུང་ན་སྒྲིང་རྩོམ་པོ་སྒྲིམ་པ་ཡིན། དེ་སྒྲོམ་པའི་ཆོ་ཡང་སྒྲོན་ལ་སྒྲིག་  
 བསྐྱེད་ཆེ་རིམ་ནས་བསྒྲོམས། དེ་ནས་རྟེན་པ་ཆེ་རིམ་ནས་བསྒྲོམ་སྟེ། མདོ་ཕྱེ་རྒྱུན་  
 ལས། བཀྲོན་ལ་བཅེ་ཞིང་མ་རུང་པ་ལ་བཅེ། ། ཀྱུན་འབྱུགས་ལ་བཅེ་བག་མེད་

རྣམས་ལ་བཅེ། ། ཡུལ་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ལ་སྤྱིང་རྩེ་དང་། ། ལོག་པར་མངོན་  
 པར་ཞེན་ལ་སྤྱིང་རྩེའོ། ། ཞེས་ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྤྱོད་གསལ་གནས་པ་ལ་སྤྱིང་རྩེ་  
 སྒྲོམ་དགོས་པར་གསུངས། དེ་ནས་མཆོམས་མེད་བྱེད་པ་དང་། དམ་ཆོག་ཉམས་  
 པ་དང་། རྩོམ་པ་ཉམས་པ་དང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་སྤྱངས་ཏེ། དགྲ་ལ་བསྒྲོམས།  
 དེ་ལ་གོམས་པ་ན་ཉན་རང་དགྲ་བཅོམ་ལ་འདི་རྣམས་ཐབས་མཁས་པ་དང་བྲལ་ཏེ་  
 ཞི་བ་རྒྱུད་པ་ལ་ཞུགས་པ་སོགས་དང་བྲལ་ན་སྒྲོམ་དུ་བསྒྲོམས། དེ་ནས་དེ་བས་ན་  
 བདག་གིས་སེམས་ཅན་མ་བསྐྱལ་བ་རྣམས་བསྐྱལ་བར་འགྱུའོ། མ་གྲོལ་བ་རྣམས་  
 གྲོལ་བར་འགྱུའོ། དབུགས་མ་ཕྱིན་པ་རྣམས་དབུགས་དབྱུང་བར་འགྱུའོ། ཡོངས་  
 སུ་ཕྱང་ན་ལས་མ་འདས་པ་རྣམས་ཡོངས་སུ་ཕྱང་ན་ལས་འདས་བར་འགྱུའོ། སྒྲོམ་  
 དུ་ལྷག་བསམ་སྒྲོམ་དགོས། བྱམས་སྤྱིང་རྩེ་སྒྲོམ་དགོས་ཏེ། རྩོ་བོས་ཀྱང་བྱང་  
 སེམས་སྒྲོམ་འདོད་པ་རྣམས་ལ་བྱམས་སྤྱིང་རྩེའི་དམིགས་པ་རེ་འབོག་པར་མཛད་པ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་སུ་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་དེ་གཞན་  
 འོན་འོན་གཉེར་ཡིན་ཞིང་སྤྱིང་རྩེ་ནི་མིག་དང་འདྲ། བྱམས་པ་ལག་པ་དང་འདྲ།  
 ལྷག་བསམ་དབྱུང་བ་དང་འདྲ་སྟེ། ལྷག་བསམ་མེད་ན་གཞན་འོན་ཁུར་དུ་བྱིར་མི་  
 ཅུས། སྤྱིང་རྩེའི་མིག་གིས་བལྟས་བྱམས་པའི་ལག་པས་སྤྱངས། ལྷག་བསམ་གྱི་  
 དབྱུང་པས་གཞན་འོན་ཁུར་དུ་བྱིར་བ་བྱེད་པ་ཡིན། ཡང་རང་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 གོ་འཕང་ཐོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས་དེ་སྒྲོན་སེམས་ཡིན། དེའི་བྱིར་དུ་བྱིན་སོགས་  
 ཀྱི་སྒྲོན་པ་ལ་སྒྲོབ་པར་འདོད་པའི་སེམས་དེ་འཇུག་སེམས་ཡིན་གསུངས། བདག་  
 གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོན་ནས་སེམས་བསྐྱེད་ན་མར་ཤེས་དྲིན་དྲན་དྲིན་གཙོ་གསུམ་  
 སྒྲོམ་ནས་གཏོང་ལེན་སྒྲོང་གསུང་བ་ཡོད་ཀྱང་བརྒྱད་པའི་རྒྱུ་བོ་གཉིས་ཡིད་འོང་ནས་  
 འདྲེས་པ་ཡིན་པས་མར་ཤེས་སོགས་ལོགས་སུ་སྒྲོམ་མི་དགོས་ཏེ། དེའི་གོང་དུ་  
 བརྒྱད་པའི་རྒྱུ་བོ་སོ་སོ་ཡིན་པས་སྒྲོམ་ལུགས་ཀྱང་སོ་སོར་འོང་། དེའི་ཚུལ་ཡང་



བཏང་སྒྲིམས་ཀྱི་ཚབ་ཏུ་བསྟོད་སྤྱོད་ཀྱི་མཆོ་ལས། སྤྱག་བསྐུལ་མི་ལམ་དུ་ཡང་མི་  
 འདོད་ཅིང་། ། སྤུལ་བྱང་བདེ་ལ་ཆོག་ཤེས་མེད་པར་ནི། ། འགྲོ་བ་འདི་དག་ཁྱད་  
 པར་ཡོད་མིན་ན། ། གཞན་བདེ་ཡལ་བར་འདོར་ན་མས་ཆེས་འབྱུལ་བར། ། བཙེ་  
 ལུན་ཁྱོད་ཀྱིས་གཟིགས་ནས་བདག་དང་གཞན། ། མཉམ་པ་ཉིད་དུ་མཐོང་བའི་  
 བྱང་ཆུབ་སེམས། ། ཐོག་མ་ཉིད་དུ་གོམས་པར་མཛད་པ་ཡིས། ། སེམས་ཅན་  
 ཐམས་ཅད་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་གིར་བབྱང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོག་མར་བདག་  
 གཞན་མཉམ་པ་བསྒྲིམས། དེ་ནས་བརྗེ་བ་བསྒྲིམས་པ་ལ་བདག་གཅེས་འཛིན་གྱི་  
 སྒྲིན་བསམས་པ། གཞན་གཅེས་འཛིན་གྱི་ཡོན་ཏན་བསམས་པའམ་ཕན་ཡོན་  
 བསམས་པ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་ནི་སྒྲིན་འབྲུག་ལས། སེམས་ཅན་ན་མས་དང་རྒྱལ་བ་  
 ལ། ། སངས་རྒྱས་ཆོས་འབྱུང་འདྲ་བ་ལ། ། རྒྱལ་ལ་གུས་བྱེད་དེ་བཞིན་དུ། །  
 སེམས་ཅན་ལ་མིན་ཅི་ཡི་ཚུལ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་སེམས་ཅན་ལ་བརྟེན་ནས་སྐབ་དགོས་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་འདི་ན་མས་ཡལ་པར་  
 ཁོར་ཉེ་སངས་རྒྱས་ལ་གུས་པར་བྱེད་པ་ནི་ཚུལ་མིན་ལ་འོས་སྟམ་དུ་བསམ་ཁིང་།  
 རང་གཅེས་འཛིན་ལ་དགའ་བལྟས་ནས་གཞོད་པ་ཅི་འཁྱོལ་བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་  
 ཕན་ཡོན་དང་ཉེས་དམིགས་བསམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཡིད་འོང་གི་བྱམས་པ་ཤུགས་  
 དྲག་སྐྱེ་བ་ཡིན། དེའི་ཚུལ་ཡང་དག་བཤེས་འབན་གྲང་རྒྱལ་གྱིས་ང་ནི་ཉོན་མོངས་  
 པའི་སྒྲོར་གཉེན་པོའི་མདུང་བྱང་བསྐུན་ནས་སྟོད་པ་མིན་པ་གཞན་བྱ་རྒྱ་མེད། ཁོ་  
 གི་མ་ན་ང་ཡང་གི། ཁོ་སྟོད་ན་ང་ཡང་སྟོད་གསུང་བ་ལྟར་ཁོ་རང་གིས་མཛད་ཚུལ་  
 ཡང་བྲག་རྒྱབ་དུ་ཞོ་སྟོན་ཞིག་བྱང་བ་ལ་ལག་བདེ་བས་གཤམ་མགོར་ཞོ་མང་པོ་ཁྱས་པ་  
 གཤམ་གྱི་སྒྲིན་ཞིག་དུ་ཡོད་པས་གཟིགས་ཉེ་ང་ལ་ཆད་འགྲོ་བར་སྤང་སྟམ་པ་ཤུགས་ལ་  
 འབྲུངས་པ་ན་དེ་འཕམ་གཉེན་པོས་ཟིན་པར་མཛད་དེ་ཕོར་པ་ཁ་སྐྱབ། དེ་ལྟ་  
 གཤམས་ནས་བཞུགས་པས་མཆོམས་ཞིག་ལག་བདེ་སྐྱ་མདུན་དུ་སྤེལ་སྟེ་ཞོ་བཞེས་

ཟེར་བར། སྤྱོད་ཅེས་པོ་ཁོས་དག་ནས་འབྱུང་ཆར་གསུངས་ནས་མ་བཞེས་པ་ཡིན།  
 རང་གཅེས་འཛིན་ལ་དགའ་ལྟ་ཚུལ་དེ་འདྲ་བ་བྱེད་དགོས། ཡང་དག་བཞེས་པོ་ཏྲོ་  
 བ་སྤྱོད་པ་མཐོང་བྱས་ནས་གཞན་གཅེས་པར་འཛིན་ཏེ། མི་ཆོས་རྒྱུ་འདི་ཐམས་ཅད་  
 ཀོང་རྒྱ་རྒྱལ་ཟེར་བ་ཞིག་ཏུ་འགྲོ། དེ་ན་བྱ་འདམ་སེལ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། རྒྱུ་འདི་ནང་  
 གི་མི་རྩ་རྩ་ཐམས་ཅད་དེས་སེལ། བྱ་དེ་ཤིན་སེལ་མཁན་མེད་ཟེར་བ་གསན་པས་  
 བྱ་དེ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པར་འདུག་གསུངས་དེ་ཤི་དོགས་པའི་ཐུགས་བྲལ་མཛད། རྒྱ་  
 ལམ་དུ་འགྲོ་མཁན་ཆོའི་སར་ཕེབས་ནས་མགོན་པོ་ཀུན་བྱིད་ཅག་ཡུལ་དུ་ལོ་ལོགས་  
 པར་ཤོག བྱས་སུ་དོན་འགྲུབ་པར་ཤོག་གསུངས་ནས་ཐུགས་སྦྱོན་མཛད། བཅ་  
 མཁར་ལྷགས་པས་ཤིང་ལོ་བྱིར་བ་གཟིགས་པ་ན་བཤུམས། སེམས་ཅན་མ་རེད་ཤིང་  
 ལོ་རེད་ཞུས་ཅན་བཤུམ་འཕྲོག་ཅོད། ཁོང་རང་གི་ཞལ་ནས། རང་གི་དྲན་པས་པ་  
 རོལ་པོ་རྒྱལ་ན་དགའ། བདེ་ན་དགའ། སྦྱིད་ན་དགའ་བ་ལས་རང་རྒྱལ་བ་སོགས་  
 བྱང་ན་དགའ་སྟམ་པའི་རྟོག་པ་འོང་མ་སྤྱོད་ཞེས་གསུངས་ཏེ་གཞན་གཅེས་འཛིན་  
 བསམ་ཚུལ་དེ་འདྲ་ཞིག་བྱེད་དགོས་གསུངས། ཡང་མན་ངག་བདུན་གྱི་སྐབས་སུ་  
 སེམས་ཅན་དྲིན་ཆེ་བའི་སྟོན་ནས་སྟོམ་པ་དང་། འདིའི་སྐབས་སེམས་ཅན་གཅེས་  
 པར་གཟུང་བ་དོན་ཆེ་སྟོན་ནས་སྟོམ་པ་ཡིན་པས་སྐྱབ་ལུགས་མི་འདྲ། དེའི་ཚུལ་ཡང་  
 སེམས་ཅན་འདི་ནམས་གཅེས་པར་གཟུང་ན་བདག་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གོ་འཕང་ཉིར་  
 ཡོང་སྟམ་དུ་བསམས་པ་ཡིན། དེ་ནས་གཏོང་ལེན་སྟོམ་པ་ནི་བྱམས་པ་དང་སྟོང་རྩེ་  
 དམིགས་པ་ཅམ་གྱིས་མ་ཆོམ་པར་ལག་ཏུ་སྤངས་པ་ཡིན། དེ་གེགས་སེལ་བོགས་  
 འདོན་ཀྱང་ཡིན། གཏོང་བ་བྱམས་པའི་ལག་ལེན་དང་། ལེན་པ་སྟོང་རྩེའི་ལག་  
 ལེན་ཡིན། གཏོང་ལེན་འདི་ནི་གལ་ཆེ་བས་ཐམས་ཅད་གྱིས། དེས་ན་རྩེ་བཙུན་སྤྱོད་  
 མ་ཐུགས་རྩེ་ཅན། ། མར་གྱུར་འགྲོ་བའི་སྤྲིག་སྤྲིབ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཀྱན། ། མ་ལུས་ད་  
 ལྟ་བདག་ལ་སྦྱོན་པ་དང་། ། བདག་གི་བདེ་དག་གཞན་ལ་བཏང་བ་ཡིས། ། འགྲོ་



ཀྱན་བདེ་དང་ལྷན་པར་བྱིན་གྱིས་སྐྱོབ་སྟེ། ། ཞེས་པ་ལན་གསུམ་ཙམ་དང་སྒྲེལ་ནས་  
གཏོང་ལེན་འདི་མ་མཐའ་རྒྱབ་རེ་ལ་ཆར་གསུམ་རེ་ཙམ་མཛད་དགོས་གསུངས། དེ་  
ཡང་གཏོང་ལེན་སྒྲུབ་པའི་ཆེ་ཐོག་མར་དམུལ་བ་པ་ནམས་ལ་རང་གི་ན་བྲག་གཡས་  
ནས་རྒྱང་ཕྱིར་འབྱུང་པ་དང་མཉམ་དུ་རང་གི་བདེ་དགོང་དང་། མ་འོངས་པ་ན་རང་  
ཉིད་སངས་རྒྱས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམས་ཀྱང་ཕར་གཏོང་། ན་བྲག་གཡོན་  
ནས་རྒྱང་ཆུར་རྒྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་སེམས་ཙན་དེ་དག་གི་སྐྱག་བསྐུལ་ནམས་ཆུར་  
བྱངས་ཏེ་རང་གི་རྒྱད་ཀྱི་བདག་འཛིན་མ་རིག་པ་ཐལ་བའི་རྩལ་ཕན་བཞིན་དུ་བསྐྱག་  
སོང་སྟམ་པའི་མོས་པ་བྱ། དེའི་ཆེ་ངན་སོང་བ་དག་ལ་ད་ལྟ་ལམ་གྱི་ཉེན་མངོན་མཐོ་  
ལ་འགོད་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འཕྱིན་ལས་མེད་པ་དེ་ད་ལྟ་རང་ལ་ཡོད་པས་དེ་ཡང་  
གཏོང་བའི་མོས་པ་དང་། རང་དགོང་སྒྲོང་གི་དབྱིབས་སྤྱོད་པའི་དབྱིབས་ཚུན་  
ཆད་ཀྱང་གཏོང་བར་གསུངས་ཤིང་། གཙོ་བོར་རང་རྒྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིས་ཀྱང་  
གཏོང་། དེ་ནས་དཔེ་ཆོས་སྤྱོད་ལ་སྤྱུ་ཞེས་འབྱུང་བ་ལྟར་སྤྱུ་འགྲོ་སའི་ལམ་གྱི་  
ཁར་སྤྱོད་སྤྱར་ནས་བཞག་ན་སྤྱུ་འུལ་ལག་དེ་ལ་འབྱར་ཏེ་སྤྱུ་འཛིན་བྱུང་པ་ལྟར།  
འདོད་ཡོན་ལྗེའི་དམ་ཅི་ལ་འབྱར་ནས་བསྐྱེད་པ་ནམས་ལ་གཏོང་ལེན་བསྒྲུབ་སྟེ། དེ་  
ནས་ཉན་རང་དགྲ་བཙུན་ལ་བསྒྲུབ་སྟེ། དེ་ནས་བྱང་འཕགས་ལ་བསྒྲུབ་སྟེ། དེ་  
ཡང་རང་སངས་རྒྱས་པའི་ཆེ་བྱང་འཕགས་རྗེས་སྤྱུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན། དེས་  
ཐམས་ཅད་ལ་རིགས་འགྲོ། དེའི་ཆེ་རང་བྱུང་དབང་དུ་བསྐྱུར་ཀྱང་ཆོག་གསུངས།  
ཡང་བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྐབས་འདིར་དགོང་བཤེས་ངག་དབང་བསྟན་བཟང་  
གིས། སྐབས་མགོན་ཁྱི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་བྱང་ཆུབ་འདོད་པའི་སྒྲོག་གི་སྐབས་སྤྱོད་  
ཡོང་ཞེས་བཀའ་འདྲི་ཞུས་སོང་བར། གསར་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་མིན་ན་གཏོང་ལེན་  
གྱི་སྐབས་སྤྱོད་ཆད་ནས་ཡོང་། གསར་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན་བྱང་ཆུབ་འདོད་  
པའི་སྒྲོ་ཞིག་བཙས་བྱས་སྒྲུབ་དགོས་གསུངས་སོང་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་སྟེ་མདོར་ན་སེམས་ལ་

ཐུགས་དམ་མཛད་པའི་རི་མོ་ཕྱིར་མངོན་ཅམ་ཞིག་མཛད་དགོས། རང་ལས་གཞན་  
གཅེས་པར་བཟུང་བའི་ཕན་ཡོན་ལ་ཆོ་འདིའི་ཕན་ཡོན་དང་ཕྱི་མའི་ཕན་ཡོན་གཉིས་  
ལས་དང་པོ་ནི། སྤྱོད་བྱ་སའི་ཀོ་བར་མི་མང་པོ་ཞུགས་ཏེ་ཕྱིན་པར་ཀོ་བ་རྒྱུད་བྱངས་  
གྲབས་བྱས་པས་བང་ཆེན་པ་ཞིག་གི་སེམས་ལ་ཀོ་བ་འདི་རྒྱབ་ན་མི་འདི་ཅམ་ཤེ་འགྲོ་  
རྒྱུ་རེད། དེ་ལས་རང་ཤེ་ན་ཡང་ཤེ་མི་འདི་རྣམས་ཐར་ན་དགའ་སྟམ་སྟེ་རྒྱུར་  
མཆོངས་པས་འཇའ་བྱག་ སྤྱོད་གང་ཡང་མ་བྱས་པར་ཕ་རོལ་དུ་བདེ་བར་སླེབས།  
གཉིས་པ་ནི། མ་ཞིག་དང་བྱ་མོ་ཞིག་མཉམ་དུ་རྒྱས་ཁྱེར་བར་བྱ་མོའི་སེམས་ལ་ང་  
རང་ཤེ་ན་ཡང་ཤེ། མ་དེ་མ་ཤེ་ན་དགའ་སྟམ། མའི་སེམས་ལ་ང་ཤེ་ན་ཡང་ཤེ་བྱ་མོ་  
མ་ཤེ་ན་དགའ་སྟམ་པའི་ངང་འཇའ་འོད་སྟགས་ཀྱི་ལྟས་དང་བཅས་གཉིས་ཆོ་འཕྲོས་  
ནས་ལྟར་སྒྲིམ་པ་ཡིན་འདུག ཡང་བདག་རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་པར་བྱའོ་སྟམ་ན་  
སྤྱོད་སེམས་གཟུང་ཞིང་། དེ་འདྲའི་སྟོ་དེ་བྱང་ཆུབ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་མི་བཏང་ངོ་  
སྟམ་ན་བསྐྱབ་པ་ལ་སྟོབ་དགོས་གསུངས། བཅོད་པའི་སྐབས་འགའ་དུ་མ་ལ་ཡང་མི་  
ཁྱོད་གསུངས་པ་ནི། ཤིང་སྡོང་འགྲེལ་བ་མཐོང་ན་དེ་ལ་ཡིད་འཁྲུགས་པར་བྱེད་པ་དེ་  
ཁོང་ཁྱོད་ཡིན་པས་དེ་འདྲ་ཡང་བྱར་མི་རུང་། དེར་མ་བཟོད་རལ་གྱི་དགའ་ལ་རྒྱབ་ན་དགའ་  
བས་གཉེན་འཇིགས། མཆུ་གང་གཉེན་ལ་བྱས་ན་གཉེན་པས་དགའ་བྱམས། ཞེས་  
གསུངས་ཏེ། དགའ་ལ་གྱི་རྒྱབ་ན་གཉེན་ཆོ་ཡང་མི་འདི་སྤྱོད་པ་རེད་ཟེར་ནས་  
འཇིགས་འགྲོ། གཉེན་ལ་ཁ་འཇམ་སྟགས་བྱས་ན་དགའ་གི་ཆོ་ཡང་འདི་ཁོ་རང་གི་  
གཉེན་ལ་ཡག་པོ་བྱེད་གི་འདུག་སྟམ་ནས་དགའ་བ་འོང་གསུངས། བཅོལ་འགྲུས་ཀྱི་  
སྐབས་ས་སྒྱུ་ལེགས་བཤད་ལས། ལེ་ལོ་ཅན་གྱི་ཁ་ལ་རྒྱ་ཡང་རིང་། ། ཞེས་ལེ་ལོ་ཅན་  
ལ་ཆོས་པར་བཞག་རྒྱ་ཅམ་ཡང་ལེན་པ་མ་སྟོགས་པས་ཁ་ལ་རྒྱ་རག་དགའ་བར་  
གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྐབས་ཕན་ཡོན་རྒྱ་ཆེར་གསུངས་པ་ནི་  
ཀྱན་རྫོབ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་ཡང་དག་པའི་དོན་གྱི་ཤེས་རབ་



ཡིན་ཏེ། དེ་མེད་ན་དང་པ་ལ་སྐྱེས་པའི་ཡོན་ཏན་གཞན་མེད་གསུངས། ཞི་  
གནས་ཀྱི་སྐབས་ཞི་གནས་ལ་འཛིག་སྒྲིམ་གི་ཀྱང་མཉམ་པར་མ་བཞག་གོང་དུ་ཡུལ་  
ཅུང་ཟད་དཔུང་ནས་དེའི་ངང་དུ་འཛིག་པ་དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའི་  
གཟུགས་བརྟན་ཟེར་བ་ཡིན། དེ་ལྟར་མི་བྱེད་པར་དང་པོ་ནས་མཉམ་པར་འཛིག་  
པ་དེ་ལ་རྣམ་པར་རྟོག་པ་མེད་པའི་གཟུགས་བརྟན་ཟེར་བ་ཡིན། ཡང་ཕྱི་རྒྱལ་པས་  
དེའུ་དང་ཤིང་བྱ་དམིགས་རྟེན་དུ་བྱས་ནས་ཞི་གནས་སྒྲིམ་པ་ཡོད་ཀྱང་དེས་ཤེས་རྒྱུ་དུ་  
ལ་པན་ཆེར་མི་ཐོགས། རང་ཅག་གིས་ནི་འཁོར་བ་ལས་གྲོལ་བའི་ཐར་པ་མི་གནས་  
པའི་ཐུང་འདས་ཐོབ་པ་ལ་སྦྱང་ཉིད་རྟོགས་དགོས། དེ་ལ་ཞི་གནས་སྒྲིམ་དགོས་  
པར་མཐོང་ནས་དེའི་ཡན་ལག་ཙམ་དུ་སྒྲིམ་པ་མ་གཏོགས་སྒྲིམ་བྱའི་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་  
གསུངས། འདིར་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་མེད་ནི་གསལ་ཆའི་ངར་དང་ལྡན་པ་དང་།  
དམིགས་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་གནས་པའི་བྱེད་པར་གཉིས་ལྡན་ཡིན་ལ། གསལ་ཆའི་  
ངར་ཐོན་པ་ལ་བྱེད་པ་དང་། མི་རྟོག་པར་ཅེ་གཅིག་དུ་འཛིག་པ་ལ་ཁྱོད་པས་བར་དུ་  
གཙོད་པས་ན་འགལ་རྟེན་བྱིང་ཁྱོད་ཕྱར་གསལ་ངོས་ཟིན་ནས། མཐུན་རྟེན་དུན་ཤེས་  
བརྟེན་པ་གནད་ཡིན་གསུངས། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་དུན་པ་ནི་གཞན་གྱིས་གཏིང་  
བསྐྱལ་བ་ཏང་བ་ལ་བརྟེན་ནས་དུན་ཐུབ་ཙམ་ལྟ་བུ་མིན་པར་དུན་པ་རྒྱན་ཆགས་པ་  
ཞིག་དགོས། ཉིང་ངེ་འཛིན་སྒྲིམ་པའི་ཆོ་སྤྱོད་འཛིན་སྦྱངས་ཅུང་དམའ་བུ་སོང་བ་  
ན་བྱིང་བ་ཕྱ་མོ་སྟེབ་པ་ཡིན། ཡང་འཕྲོ་བ་དང་ཁྱོད་པ་མི་གཅིག་སྟེ། འཕྲོ་བ་ནི་  
ཡུལ་གང་ལ་དམིགས་པའི་ཡུལ་དེ་ལས་གཞན་པའི་དགེ་བའི་ཆ་ལ་སེམས་འཕྲོ་ན་ཡང་  
འཕྲོ་བ་ཡིན། ཁྱོད་པ་ནི་འདོད་ཆགས་ཀྱི་ཆར་གཏོགས་ཡིན། དེ་ཡང་འཕྲོ་ཁྱོད་  
ལས་སེམས་སྒྲུན་ཏེ་དམིགས་པ་ལ་འདོགས་པ་དང་། གནས་ཆ་ནམ་བྱུང་རེས་ཀྱི་  
བྱིང་ཐོན་བྱེད་པ་གཉིས་རེ་མོས་སུ་སྦྱོང་བ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་བསྒྲིམས་པའི་གནད་དམ་  
པ་ཡིན། ཡང་རྩྭ་ལ་བ་མི་བསྐྱེད་པར་གསུངས་པ་ནི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་མི་རྩྭ་ལ་བའི་

དོན་མིན་གྱི། ཉིང་ངེ་འཛོན་ལ་ཚུལ་བཞིན་པའི་ངང་ནས་ཚུལ་བ་གསར་པ་མི་སྦྱོང་  
 པའི་དོན་ཡིན། གདམས་ངག་མི་བརྗེད་པ་དགོས་པར་གསུངས་པ་ནི་སེམས་ནང་དུ་  
 འཛོག་པའི་གདམས་ངག་བརྗེད་མི་ཉན་པའི་དོན་ཡིན། ཡང་དབེར་ན་གཙུབ་ཤིང་  
 བར་མཆམས་མེད་པར་གཙུབ་ན་མེ་འབྱུང་ལ། གཏམ་སྒྲ་བ་སོགས་ཀྱིས་བར་ཆོད་  
 བཞིན་དུ་གཙུབ་ན་མེ་འབྱུང་བའི་དུས་མེད་པ་ལྟར། ཞི་གནས་བསྐྱེད་པ་པོས་ཀྱང་  
 ཉིན་རེར་སྐྱུན་རེ་བར་མཆམས་མེད་པར་མ་མཛད་པར་ཉིན་གཅིག་གཉིས་མཆམས་  
 བཞག་ན་དགེ་སྦྱོར་གཞན་ཆག་པ་དང་མི་འདྲ་བར་དགེ་སྦྱོར་གྱི་བར་ཆོད་ཆེན་པོར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན། ཡང་གནས་ངན་ལེན་ནི་དགེ་བའི་སྒྲིགས་ལ་བལ་ཆད་ཀྱིན་དུ་  
 འདིད་པ་ལྟ་བུ་དང་། མི་དགེ་བའི་སྒྲིགས་ལ་རི་གཟར་གྱི་བྱ་བ་དང་འདྲ་བའོང་བ་དེ་  
 ཁ་ལུས་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ཡིན། ཡང་ཤིན་སྒྲུངས་སྒྱེ་ཁར་ལྷན་པ་ལྟེ་ཐེམ་པ་འབྱུང་  
 གསུངས་པ་ནི་མི་བདེ་བའི་ཉམས་མིན་གྱི་བདེ་ཉམས་ཡིན་ཏེ། དགུན་ཁ་སྒྲ་བཞར་  
 ནས་མགོ་འབྲགས་པའི་ཆེ་ལག་པ་མེ་ལ་སྒྲིམ་ཏེ་མགོ་ལ་སྒྱར་ན་བདེ་ཉམས་དང་  
 བཅས་པའི་ལྷེ་བེམ་པ་འབྱུང་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་པའི་ཆོད་དཔལ་ལྟར་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། བྱོད་ཀྱི་བསྟན་པའི་རྗེས་འགྲོ་བ། ། བསམ་གཏན་དངོས་  
 གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་། ། བདུད་ཀྱི་མིག་རས་བཅའ་བཞིན་དུ། ། སྲིད་པ་དག་ནི་སྒྲིག་  
 པར་བྱེད། ། ཅེས་པའི་སྐབས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་ཀྱང་བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྒྲིགས་མི་ལྷོགས་མེད་ཅམ་ལ་བརྟེན་ནས་དག་བཅོམ་ཐོབ་རྒྱ་  
 ཡོད་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ཁོ་ནའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་ཞིང་། དེ་འདྲ་བའི་གང་ཟག་  
 དེ་ལ་བདུད་ཀྱིས་བསྟན་བསྟན་པར་ཡོད་བཞིན་དུ་སྲིད་པ་སྒྲིག་ནས་ཐར་པ་ཐོབ་པའི་  
 དོན་ཡིན་གསུང་ངོ་། ། །



## ཉིན་སྒྲིག་ཅིག་པ།

རྒྱུ་ལྷན་པོ་ཆེས། ལྷ་བ་ལས་འོང་ལེགས་བཤད་འོད་དཀར་གྱིས། ། སློ་མིག་  
 ཀྱན་དཔེ་ཆ་ལ་རབ་ཕྱེ་བའི་ཆོ། ། སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱིས་བཏུན་པའི་ལམ་མཐོང་  
 བས། ། ལྷ་ལྷན་པོ་ལེགས་བཤད་གཙོ་བོར་མི་འཛིན་སྟེ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར།  
 དཔལ་ལྷན་ལྷ་བ་གྲགས་པའི་ལེགས་བཤད་འོད་དཀར་ཅན་གྱི་འཕྲེང་བས། སློ་གྲོས་  
 ཀྱི་མིག་རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་དུས་སྟེ། སློབ་དཔོན་སངས་རྒྱུས་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཀྱིས་བཏུན་པའི་  
 ལམ་ལེགས་པར་མཐོང་བས། ལྷ་ལྷན་པོ་ལེགས་བཤད་གཙོ་བོར་མི་འཛིན་པའི་  
 དཔོན་ལྷན་སྟེ་ཞིག་ཡོད་དེ་མེད་པར་གསུངས་པའི་ཚུལ་ལ་བསམས་ཏེ་ལྷ་བ་འཆོལ་བ་  
 ལ་འབད་དགོས་ཤིང་། ལྷ་བ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་གྱིས།  
 ལྷ་བ་བས་སློང་པ་མི་སློབ་ཤིང་། ། སློང་པས་སླང་བ་མི་འགོག་པ། ། སློང་དང་ཉེན་  
 འབྱུང་དོན་གཅིག་པའི། ། ལམ་བཟང་དེ་ཆེ་མདོན་སུམ་འགྱུར། ། དེ་སྐད་སློབ་  
 མང་ཐོས་སློང་བ་པ། ། སློབ་བཟང་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་ཞེས་བྱ་སྟེ། ། དག་བས་འགྲོ་  
 ཀྱན་ཞི་སྒྲིག་གཉིས་པ་དང་། ། དུལ་བའི་ལམ་འདིས་ལྷ་བ་དུ་རྒྱལ་གྱི་ཅིག ། ཅིས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། སློབ་དཔོན་ལྷ་གྲགས་ལྷ་ལྷན་པོ་སློབ་མ་ཡིན་མིན་ལ་དོགས་  
 པ་བྱེད་པ་བྱུང་གྱང་། དེ་ཡིན་པ་ནི་ཐོས་ལྷ་ལྷན་པོ་སློབ་མ་ལྷ་གྲགས་ཡིན། །  
 ཞེས་དང་། ལྷ་ལྷན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གྱང་། སློབ་མའི་མཐའ་མ་ལྷ་གྲགས་ལ། ། ཆོས་  
 ཀྱི་མཐའ་མ་སླེ་མེད་བཏུན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་གསུངས་ནས། དངོས་  
 གཞིའི་གསུང་བཤད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག རྒྱལ་སྤྱོད་པ་ལ་སློབ་  
 དགོས་པས་དང་པོར་ལེགས་པར་ཉན་ལུས་མི་ལུས་རང་གི་སློབ་ཆོད་ལ་བཏུས་ནས་ལུས་  
 པར་སླང་ན་སློབ་དགོས། དེའི་ཕྱིར་ཐོག་མར་ཁོང་དུ་ཆུད་པར་བྱས་ལ་སློབ་པ་

སྤངས་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཚ་རྩུང་བཙོ་བརྒྱད་དང་ཉེས་བྱས་ཞེ་དུག་སྐྱུ་གསུམ་གྱིས་མ་  
གོས་པ་ལ་འབད། བརྒྱལ་གོས་ན་འང་ཕྱིར་བཙོས་གྱིས་དག་པར་བྱེད། གཙོ་བོ་ནི་  
ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྒྲོགས་གྱིས་མ་གོས་པ་ལ་འབད་ཅིང་། དེས་གོས་ན་ཕྱིན་དུག་  
ལ་སྒྲོབ་ཁུལ་བྱས་ཀྱང་བྱིས་པ་རྒྱུད་དུས་བྱེ་མའི་རི་ལ་འཛེགས་པ་ལྟར་ཡར་སྤང་བ་  
ལས་མང་ཙམ་མར་འགྲེལ་ཡོང་། ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྒྲོགས་གྱིས་མ་གོས་པའི་  
ངང་ནས་ཕྱིན་དུག་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་སངས་རྒྱས་བཙོམ་ལྟར་འདས་གྱིས་བྱམས་མགོན་ལ་  
གསུངས། དེས་མདོ་སྡེ་རྒྱན་དུ་སྐྱེས་མེད་ལ་གདམས་པར་མཛད་པ་ལྟར་ཡིན།  
དེ་ལ་ཕྱིན་དུག་གི་གྲངས་ངེས་སྒྲོར་དུག་དང་གོ་རིམ་སྒྲོར་གསུམ་ཡོད་པ་རྣམས་ངེས་  
པར་མཛད་དགོས་ཏེ། དེ་མ་ངེས་ན་ཕྱིན་དུག་ལ་སྒྲོབ་པའི་ཐབས་མེད། དེ་ངེས་ན་  
ཆང་ལ་མ་ཁོར་བར་ཉམས་སུ་ལེན་རྒྱུ་ཡོད། ལམ་རིམ་ཆེན་མོར་པར་ཕྱིན་རེ་རེ་ལ་ས་  
བཙད་ལྟ་རེ་མཛད་ཀྱང་འདིར་ནི་ངོ་བོ་རབ་དབྱེ་དེ་ལ་སྒྲོབ་ཚུལ་དང་བཙས་གསུམ་  
རེ་མཛད་པ་ཡིན། དེ་ལ་སྒྱུན་པའི་ངོ་བོ་ནི་གཏོང་སེམས་དང་། ཡོ་བྱད་གཏོང་  
བཞིན་པའི་དུས་གྱིས་སེམས་པ་ལྟ་བུ་རྣམས་ཡིན། དབྱེ་བ་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་བྱང་  
བྱེད་གི་སྒྱུན་པ་ལ་ཡུལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྟེར་མི་རུང་བ་དང་ཉེན་དངོས་པོ་སྐྱེས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
སྟེར་མི་རུང་བའི་དམིགས་བསལ་ཡོད་དེ། དགོ་སྒྲོང་ལ་ཆང་དང་ཕྱི་དྲོའི་ཁ་བས་  
དང་། གཞན་ཡང་སྒྲོན་ལོག་དང་། དུག་དང་། དུག་འདྲིས་པའི་ཁ་བས་དང་།  
སེམས་ཅན་ལ་གཞོད་པར་འགྱུར་བའི་རིགས་རྣམས་སྟེར་མི་རུང་། ཡང་རབ་རྒྱ་  
བྱང་བས་བྱང་བྱེད་གི་སྒྱུན་པ་ལོགས་སུ་བྱེད་མི་དགོས་ཏེ། སྒྲོ་བཙད་གོས་བསྐྱར་བ་  
ནས་བཟུང་བྱིམ་གྱི་ཡོ་བྱད་སྒྲོས་བཏང་བས་སྒྱུན་པའི་མགོ་ཚུགས་པ་ཡིན། སྒྱུད་  
འབྲུག་ལས། ཐམས་ཅད་གཏོང་བར་ཆབས་གཅིག་ལ། ། སེམས་ཅན་རྣམས་ལ་  
བཏང་བ་མཆོག་ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དཔེར་ན་དཔུལ་ཉ་མིག་མ་གཅིག་ཡོད་ན་དེས་  
རང་རྒྱུར་སྒྲོས་བཏང་བཏང་བར་ཡོད། དེར་མ་བྱེད་མའི་མངལ་ནས་སྒྱེས་པའི་



གཟུགས་ཕྱང་འདིས་ཀྱང་ང་སྒྲོས་གཏོང་ན་གཏོང་བ་འདྲ་འདྲ་ལ་སེམས་ཅན་ལ་སྒྱུན་  
 པ་གཏོང་བ་དོན་ཆེ་སྒྲུལ་དུ་གཏོང་དགོས། ཡང་མགོ་བཏང་ན་སྒྲིག་དང་། མཛུ་བ་  
 མོ་བཏང་ན་ལུས་བཏང་བ་ཡིན། ཡང་ལོངས་སྤྱོད་ཡོད་ཀྱང་ད་རེས་སྒྱུན་པ་མ་  
 བཏང་ན་ཕྱི་མ་དབུལ་པོར་འགྲོ་བས་དབུལ་ཕྱག་རེ་མོས་ལྟ་བུ་ཡོད། འབྲུག་པ་ལས།  
 ཞི་བར་ཁྱགས་པའི་བདེ་བ་བྱེད་མིན་ན། ། ཐམས་ཅད་བཏང་བས་ལྟ་ཞིག་སྒྲོས་ཅི་  
 དགོས། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲོང་མཁན་ཡོང་པའི་ཆེ་ཡོ་བྱད་མེད་པ་ནམས་ཀྱིས་  
 ཀྱང་བདག་ལ་ཡོ་བྱད་མེད་བཞིན་དུ་བསོད་ནམས་གསོག་པའི་ཁིང་དུ་སྒྲུ་མའི་སྒྲུལ་པ་  
 ཞིག་ཕེབས་བྱང་སྒྲུལ་པ་བྱས་ནས་དགའ་བ་བྱེད་དེ་སྤྲུག་རྟ་ཁ་རེ་ལས་མ་བྱང་ཀྱང་དེ་  
 ལ་བྱིན་ནས། ད་རེས་ངས་འདི་ལས་འབུལ་རྒྱ་མ་བྱང་བས་རྗེས་ལ་འབུལ་དགོས་  
 ཞེས་བཤད་སྐྱབས་བྱེད་དགོས་པར་གསུངས་ཡོད། ཆོས་ཀྱི་སྒྱུན་པ་ནི། ད་ལྟ་བྱིམ་  
 པས་ངེས་འབྱུང་དང་ལས་འབྲས་སྤྲུགས་ཀྱི་ཆོས་བཤད་བྱེད། རབ་དུ་བྱང་བས་  
 འཇིག་རྟེན་བཤད་ནས་གོ་ལྟོག་པའི་དུས་འདིར་དཔེ་ཆ་སྒྲུར་སྐབས་སྤྲུགས་ཆོས་སྒྱུན་  
 མཛད་དགོས། འདིར་དཔེ་ཆ་མན་ངག་སྒྲུ་ན་མེད་པ་ཞིག་ཡོད་དེ། དཔེ་ཆ་བཟླ་  
 ཐངས་རེ་ལ་ཡང་ཚུལ་བཞི་ཆང་བར་བྱེད་དགོས། རྒྱུ་ཀྱན་སྒྲོང་གི་དུས་བྱང་ཚུབ་  
 ཀྱི་སེམས་རེ་རེ་ངེས་པར་གསལ་འདེབས། དེ་བྱང་ན་བཟླ་བའི་དུས་རང་གིས་ཤེས་  
 པའི་ཕྱིར་དུ་བཟླས་ཀྱང་སྒྲུན་མེད། དེ་མིན་རྒྱུ་ཀྱན་སྒྲོང་གི་དུས་ནས་ཤེས་པའི་  
 ཕྱིར་དུ་བཟླས་ན་ཤེས་ཀྱང་དགའ། ཆོག་དོན་ཤེས་ཀྱང་གཞན་ལ་ངོམས་པའི་ཤེས་  
 ངོམས་སྤྱུ་འགྲོ། དེར་སོང་ན་རྒྱུད་ཐོས་ཆེ། རྒྱུན་དགོ་བསྐྱེད་ངག་མི་བདེ་བ་ཞིག་  
 གིས་ནགས་སྤྱུ་བྱང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་ནས་བཟང་སྤྱོད་བཏོན་པས་  
 ལྟས་མེ་ཏོག་གི་ཆར་བབས་པ་བྱང་། ཡང་པརྟེ་ཏ་གཅིག་གིས་སྒྲིན་པ་དེ་འདྲ་བས་  
 བཏོན་པས་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། མཁས་པ་ང་འདྲ་བས་བཏོན་ན་ཅི་འདྲར་འགྱུར་ཟེར་  
 ནས་བཟང་སྤྱོད་སམ་གྱི་ཏའི་སྐད་དུ་བཏོན་པས་ལྟག་པ་བཤུ་བཤུ་ལས་མ་བྱང་བ་

ཡིན། ཟླ་གྲགས་ཀྱིས་སྒྲ་ལ་ང་མཁས་སྒྲམ་པའི་བྲགས་རྒྱལ་དང་བཅས་སྒྲིའི་བཟུན་  
 བཅོས་རྒྱ་ཀ་ར་ན་བྱ་བ་ཚུམ་པར་མཛད། ཅན་གོ་མིས་པན་སེམས་ཁོ་ནས་བཟུན་  
 བཅོས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོ་བྱ་བ་ཚུམ་པས་ཆོག་དོན་ཟླ་གྲགས་ཀྱི་དེ་ལོགས་ཀྱང་བསམ་  
 པའི་དབང་གིས་ཅན་གོ་མིའི་དེ་དར་རྒྱས་ཆེ་བ་བྱུང་། ཡང་མཚན་སྒྲིའི་ཆོང་པ་ལམ་དུ་  
 འགྲོ་བར་བྱིས་པ་ཞིག་དང་ཕྱད་དེ་བྱིས་པ་དེས་ཆོང་པ་ནམས་ལ་དགེ་སྤྲོད་བཟང་ཨ་  
 ནན་ཏ་སྒྲུ་ཁམས་བདེ་འམ་ཟེར། ཆོང་པ་ན་རེ་ཨ་ནན་ཏ་གོངས་ཟེར། བྱིས་པ་དེས་  
 ངའི་སྐྱེ་བ་ལྷ་མའི་སྒྲམ་ཡིན་ཟེར་ནས་དུས་པས། དེ་ཅིས་ཤེས་བྱས་པས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་  
 སེམས་ཀྱིས་ཀྱན་ནས་བསྐྱང་སྟེ་བཟང་སྤྱད་སྤྱོད་ལམ་བཏོན་པས་སྐྱེ་བ་དྲན་པའི་  
 མཛོན་ཤེས་ཐོབ་པས་ཤེས་ཟེར། དེ་ནི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་དཔེ་ཆ་བཟུ་  
 རྒྱུ་ཡིན། ཡང་གསུང་རབ་ཀྱི་དོན་ཆོལ་བའི་ཆེ་ཡིག་འབྲུ་ནམས་སངས་རྒྱས་སུ་  
 མོས་ལ་དེས་རང་ལ་ཆོས་སྟོན་པར་མོས་དགོས། དེ་ནི་དོན་ལ་ཡང་ཡིན་ཏེ། མ་  
 འོངས་པ་ན་ཤོག་བྱས་སྒྲག་ཆ་མི་ལེན། ཟླ་གྲིས་སྒྲ་ལ་མི་འགྲོ། རྣམ་བུས་ཆོས་མི་  
 ལེན་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་བཟུ་བ་ནི་ཆོས་ཉན་པའི་སྒྲོན་ནས་དཔེ་ཆ་བཟུ་རྒྱུ་ཡིན། གྲོང་  
 གྲོག་དང་འདོན་པ་སྒྲ་བཅས་དང་། དཔེ་ཆ་སྦྱར་བ་སོགས་སྒྲ་བཅས་ཀྱི་རིགས་  
 ཐམས་ཅད་ལ་སྟེ་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན་དང་། ཆངས་པ་སོགས་ཉན་པར་འོང་གྱང་།  
 རང་ལ་ཆོས་ཤོད་པའི་འདུ་ཤེས་མེད་ན་ཆོས་བཤད་པའི་པན་ཡོན་མི་འབྱུང་བས་དེ་  
 འདུའི་ལྟ་སྒྲུ་སོགས་ལ་ཆོས་འཆད་པའི་འདུ་ཤེས་དྲན་དགོས། གསུང་རབ་གདན་  
 འདྲན་པའི་ཆེ་བྱི་སྒྲག་གི་གཉའ་བ་ནས་འདེགས་པ་ལྟ་བུ་མི་བྱེད། བྱས་ན་གོ་མ་པ་རེ་  
 རེར་ཡིག་འབྲུ་རེ་རེ་དང་མཉམ་པའི་གྲང་དཔུལ་གྱི་རྒྱ་གསོག་པས་གྲས་པའི་རྒྱལ་གྱིས་  
 སྟོང་ཁའི་ཐད་དུ་གདན་འདྲན། གདོང་དར་གཡས་སུ་བཟུན་དགོས། ཡང་སྦྱོན་  
 བདག་གི་ཆོས་འདོན་བྱས་ཀྱང་སྦྱོན་བདག་ལ་པན་ཡོན་མེད་དང་རང་ལ་མེད་ཐོབ་པ་  
 ཡིན། གསུང་རབ་སྒྲགས་པ་ལ་སྟེ་སྒྲུ་འཁོར་རྒྱལ་ཡང་། རྩོམ་སྟེ་སོགས་ཉན་དུ་



འོང་གསུངས་ནས་ཨ་ཅ་ར་ཞིག་རྒྱན་དུ་བརྒྱན་སྟངས་སྒྲིགས་སུ་འབྲུག་པོ་ཏོ་བ་  
 མནལ་དུ་སོང་བའི་སྐབས་ཤིག་གཅིག་གིས་མདོ་སྟད་པ་བཏོན་པས་མནལ་སད་དེ་ད་  
 ལྟ་ལྟ་མང་པོ་སྟངས་བཟོད་སྟད་པ་འདོན་པ་ལ་ཉན་དུ་འོངས་པ་ཡིན་པར་འདུག་  
 གསུངས། བྱ་ཡུལ་པའི་ཆོས་གྲུལ་དུ་གཅིག་གིས་གཉིད་ལྷག་པས། བྱོད་གཉིད་  
 ལྷག་ན་ལྟ་སྟེ་ཆོས་ཉན་དུ་འོངས་པ་རྣམས་མི་དགའ་བར་སྟངས་གསུངས། འདི་ནི་  
 ཆོས་བཤད་པའི་སྒོ་ནས་དཔེ་ཆ་བཟུ་ཚུལ་ཡིན། རོན་ཤེས་རིམ་གྱིས་སྟངས་འོས་པ་  
 རྣམས་སྟངས། ཉམས་སུ་ལེན་འོས་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བྱེད་པ་ནི་བསྟན་པ་མགོ་  
 ལ་ཁྲར་བའི་འདུ་ཤེས་ཀྱིས་དཔེ་ཆ་བཟུ་ཚུལ་ཡིན། འདི་དང་དང་པོ་གཉིས་གལ་ཆེ།  
 འདི་མ་བྱུང་ན་བསྟན་པ་རྒྱབ་དུ་སྒྱུར་བ་ཡིན། འདི་ཡེར་པའི་ཞང་བཅུན་གྱིས་ཀོ་  
 ལྷགས་ཀྱི་གཞི་གཟིགས་པའི་རྣམ་ཐར་འདྲ་བ་དགོས། རབ་དུ་བྱུང་བས་འདི་ལྟར་  
 མི་བྱེད་པར་བཅང་བཅང་སྒྱབ་ནས་སྒྱུན་པ་གཏོང་བར་བྱེད་པ་ལ་ཤར་བས། ང་ནི་བྱོད་  
 ལ་གཏོང་བའི་ཕན་ཡོན་མི་བཟོད་ཀྱི་འཛིན་པའི་ཉེས་དམིགས་བཟོད་པ་ཡིན་  
 གསུངས་པ་ཡིན། ཡང་ཡོ་བྱད་རང་ཤུགས་ཀྱིས་འཁོར་ནས་མི་སྒྱུན་ན་ཉེས་དམིགས་  
 ཀྱང་ཡོད། མི་འཛིགས་པའི་སྒྱུན་པ་ནི། ཉམས་ཆ་ལུགས་མ་ཉམས་པར་བྱེད་པ་  
 འདི་རང་ཡིན། ད་ལྟ་བསྟན་པ་ངས་མི་བཤེག་ན་སྟུས་བཤེག་ཟེར་མཁན་ལྟ་བུར་  
 ཆས་གྲུ་པའི་གས་སུ་ཡང་མི་ཐེ། མི་ནག་གི་གས་སུ་ཡང་མི་ཐེ་བ་འདི་འདྲ་བྱེད་མི་  
 ཉན། དེ་བྱས་ན་མིས་མཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་འཛིགས་འགྲོ། ཉམས་ཆ་ལུགས་ཡག་པོ་  
 མཐོང་ན་གྲོང་ཆེན་པོ་མེད་སར་མི་ཞིག་འགྲོ་བ་ལས་དེ་ལ་རྒྱན་མ་དང་ཕྱད་དོགས་ཀྱི་  
 ཉེན་ཡོད་ན། རང་མཐོང་བ་དང་ད་ང་ལ་ལྟོའི་གྲུ་པ་བཅང་པོ་འདི་འདྲ་འདུག་པས་  
 འདི་དང་མཉམ་དུ་བྱིན་ན་རྒྱན་མའི་ཉེན་མི་འདུག་སྟུམ་པ་ཡོང། དེའི་ཆེ་དེ་ལ་མི་  
 འཛིགས་པ་བྱིན་པ་ཡིན། དེས་མཆོན་ནས་མང་པོ་སྟེར་རྒྱུ་ཡོད། ཚུལ་བྲིམས་ཀྱི་ངོ་  
 བོ་བསྟངས་སེམས་དང་། བསྟངས་བཞིན་པའི་དུས་ཀྱི་སེམས་པ་དེ་ཡིན། དབྱེ་ན་

གསུམ་ལས། ཕྱིན་དུག་གི་མི་མཐུན་སྒྲོགས་བསྐྱེད་བ་སྒྲོམ་པའི་ཚུལ་བྱིས་ས། ཕྱིན་  
 དུག་ལ་ཅི་གནས་གང་གནས་བྱེད་པ་དག་བ་ཆོས་སྤྱད་ཀྱི་ཚུལ་བྱིས་ས། དེ་སེམས་  
 ཅན་གྱི་དོན་བྱ་བ་བཅུ་གཅིག་དང་སྒྲེལ་ནས་བྱེད་པ་སེམས་ཅན་དོན་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་  
 བྱིས་སའོ། དེའི་ནང་ནས་དང་པོ་གཙོ་བོ་ཡིན་པས་བྱང་ཆུབ་གཞུང་ལམ་བཟུས་  
 རས་ཤེས་པར་བྱེད་དགོས། བཟོད་པའི་ངོ་བོ་སེམས་མི་འབྲུགས་པ་ཡིན། དེ་བྱེད་  
 གསུམ་ལས། གནོད་བྱེད་ལ་ངེ་མི་སྒྲུམ་པའི་བཟོད་པ་ནི། ཆོ་འདིར་རང་གིས་ཕར་  
 གནོད་པ་བྱས་ཤིང་ཚུར་ཡང་གནོད་པ་བྱེད་པ་དང་། ཆོ་འདིར་ཕར་གནོད་པ་མ་  
 བྱས་ཀྱང་ཚུར་གནོད་པ་བྱེད་པ་དང་། ཆོ་འདིར་ཕར་ཕན་བཏགས་ཀྱང་ཚུར་  
 གནོད་པ་བྱེད་པའི་གནོད་བྱེད་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། གཅིག་གིས་རང་ལ་དོན་མེད་  
 དུ་དབྱུག་པ་རྒྱབ་བྱང་ན་དེའི་ཆོ་རང་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲེལ། དེའི་ཆོ་སྤྱད་འཇུག་ལས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ན་ཆོ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲེལ། ཁོ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲེལ་དུ་བསམས་ན། ན་  
 ཆོ་སྒྲེལ་ཁམས་ཁོ་ཡིན་སྒྲུམ་དུ་ཁོ་ལ་ཁོང་ཁྱོ་སྒྲེལ། དེ་བྱང་ན་ན་ཆོ་སྒྲེལ་ཁམས་དབྱུག་པ་  
 ཡིན་ཀྱང་དེ་ལ་ཁྱོ་དོན་མེད་དེ། དེ་ཡང་ལག་པས་མ་བཞག ལག་པ་ལ་ཡང་ཁྱོ་དོན་  
 མེད་དེ། དེ་ཡང་ཁོའི་སེམས་ཀྱིས་མ་བཞག སེམས་དེ་ལ་ཡང་ཁྱོ་དོན་མེད་དེ། དེ་  
 ཡང་ཁོང་ཁྱོས་མ་བཞག་སྒྲུམ་དུ་བསམས་ནས་ཁོང་ཁྱོ་མི་བྱ་ཏེ། སྤྱད་འཇུག་ལས།  
 ཁྱོ་ཡང་འབྱུང་པོས་ཟིན་པ་ལ། །སྤྱན་པ་འབྲུགས་པ་མིན་པ་ལྟར། །ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། དཔེར་ན། མི་ནད་ཅན་གདོན་གྱིས་ཟིན་པ་ལ་སྤྱན་པས་བཟུབ་པར་ཕྱིན་  
 སྐབས་ནད་པ་དེས་སྤྱན་པའི་འགྲམ་པ་ལ་གཅིག་བཏང་ན་ཡང་སྤྱན་པ་མི་ཁྱོ་བཟུབ་བྱ་  
 ཞིག་དགོས། དག་བཤེས་འདྲ་ཡིན་ན་ནི་ཁོ་དང་ང་གཉིས་ཁག་ཤིས་ཤོར་ན་ང་དག་  
 བཤེས་ཡིན་ཁུལ་ཡིན་པས་ངོ་ཆ་སྒྲུམ་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ང་དག་སྤྱང་ཡིན། ང་  
 དག་ཚུལ་ཡིན་སྒྲུམ་དུ་ངོ་ཆ་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་དགོས། མན་ངག་བདུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་སྤྱོད་  
 སྤྱོད་བ་པོ་ནམས་ལ་དེས་མཐུས་ཤིང་། བདག་གཞན་མཉམ་བཞེད་སྒྲོ་ནས་སྤྱོད་



མ་ལམ་ཡིན་ན། གོང་དུ་ཁྱེས་པ་ལྟར་ཁོའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁོང་ཁྱོལ་གྱིས་པ་དེ་ཡང་། ཁོ་  
 ཁོང་ཁྱོལ་པ་ཁོའི་རྒྱུད་ལ་ཁོང་ཁྱོའི་ས་བོན་ཡོད་པས་ལན། དེ་ཡང་རྒྱུན་དང་མ་  
 སྤང་ན་ཁོང་ཁྱོའི་སྒྲིལ་རྒྱུན་དང་སྤང་པས་ན། རྒྱུན་གང་ཡིན་ན་རང་ཡིན་ཏེ།  
 རང་གིས་དེར་བྱིན་པ་དང་། དེ་དང་དེ་འདྲ་བྱས་པས་མ་བྱུང་སྒྲུལ་དུ་ཐམས་ཅད་  
 རང་གི་སྤྱོད་དུ་སྒྲོར་ནས་བསམ་དགོས། ཁོང་ཁྱོལ་ངས་པ་ལ་རྟེན་བཀྱར་མེད་པ་  
 རྣམས་རྟེན་བཀྱར་ལ་ཆགས་པའི་དབང་དང་། དེ་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ནི་སྒྲུན་དང་མི་  
 སྒྲུན་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་བརྒྱུད་ཀྱི་ནང་གི་གཏམ་འདི་རང་སྤྱག་  
 གྱི། འདི་ལ་ཆགས་པའི་དབང་གིས་ཁོང་ཁྱོའི་བས་གཏམ་འདིའི་ཐད་ལ་གཉེན་པོ་  
 བསྒྲུན་དགོས། དེ་ཡང་འདི་ལ་རྣམ་འགྲེལ་ནས་གསུངས་པ་ལྟར་རི་བོང་ཅན་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་ལ་ཟླ་སྤྱོད་བཟོད་རུང་ཡིན་ཏེ། རྟོག་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་  
 རིགས་པ་འདི་བསམ་པ་གལ་ཆེ་གྱི། རྟོག་ཡུལ་ན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ནི་གཞི་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར་ཟེར་རྒྱུ་ཡིན་པས་དོན་དུ་གཞི་གྲུབ་ན་ཟླ་སྤྱོད་བཟོད་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་པ་  
 དང་། དེར་མ་ཟད་རི་བོང་རུའི་སྤྱོད་ཀྱང་བཟོད་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་ཅིང་། རྟོག་  
 ཡུལ་ན་ཡོད་པ་འདི་གྲགས་ཉགས་ཡང་དག་ཡིན་པས་དེའི་ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་  
 པ་ལ་ངེས་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་དབང་གིས་བདག་ལ་ཡང་བསྟོད་སྤྱད་སྤྱོད་ཆོགས་འོང་  
 གྱི། དེ་ལ་དགའ་མི་དགའ་དང་ཁོང་ཁྱོའི་བྱེད་དོན་རང་མི་འདུག་སྒྲུལ་པ་བྱེད་དགོས།  
 དེ་ལ་དགའ་མི་དགའ་བྱས་པ་དོན་མེད་དེ་བསྟོད་ར་བྱུང་བས་ཅི་པན། མ་བྱུང་བས་  
 ཅི་གཞོད་སྒྲུལ་པ་བྱེད་དགོས། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་ལེན་གྱི་བཟོད་པ་ནི་སྤྱོད་འདུག་  
 ལས། གཞན་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཡོན་ཏན་ནི། སྤྱོད་པས་དྲེགས་པ་སེལ་བར་བྱེད། །  
 འཁོར་བ་པ་ལ་སྤྱོད་རྗེས། ། སྤྱིག་ལ་འཛེམ་ཞིང་དགེ་ལ་དགའ། ། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར། སྤྱག་བསྐྱེད་དང་དུ་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་དུན་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤྱག་  
 བསྐྱེད་དང་ལེན་མི་ཡོང་བ་ནི་བདེ་བ་ལ་ཆགས་པའི་བྱེད་པས་བསྐྱེད་ནས་བསྐྱེད་པ་

མ་ཤེས་པས་ལན་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ནི་ཅུང་ཟད་བྱུང་ཀྱང་ཟད་ནས་འགོ་ཟད་པའི་  
 མཐར་ཡང་སྤྱག་བསྐྱེད་ཁོ་ན་ལ་སྦྱར་བར་བྱེད་པས་དེ་ལ་སྤེད་པ་བསྒྲིག་དགོས་ལ།  
 དེར་མ་ཟད་སྦྱོང་འཇུག་ལས་གལ་ཏེ་བཅོས་སྤྱོད་ན་ནི། དེ་ལ་མི་དགའ་བྱས་ཅི་  
 པན། གལ་ཏེ་བཅོས་སྤྱོད་ན་ནི། ། དེ་ལ་མི་དགའ་བྱ་ཅི་དགོས། ། ཞེས་  
 གསུངས་པ་བཟླས་ན་ཆ་དྲག་པོ་ཞིག་བྱུང་ན་ཡང་བཅོས་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་བྱས་པས་མི་པན་པར་མ་ཟད། ལུས་ཀྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་སྤྱང་དུ་སེམས་ཀྱི་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་བསྒྲན་ན་སྤྱག་བསྐྱེད་ཆེ་རུ་གཏོང་བ་ཡིན། ཡང་བཅོས་ཐབས་ཡོད་པ་  
 ཞིག་ཡིན་ན་བཅོས་ཐབས་བྱས་པས་ཆོག་པས་སྤྱག་བསྐྱེད་བྱ་མི་དགོས། དོན་དུ་ན་  
 ཆ་སོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཅི་བྱུང་ཡང་དེ་ལ་མི་དགའ་བ་མི་བྱེད་པར་དང་དུ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་དོན་ཡིན། དེ་ཡང་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྤྱང་དུ་བསམ་སྒྲོ་སྒྲོར་ཏེ་ངའི་འདི་སྒྲོན་རང་  
 གིས་ལས་ངན་བསགས་པའི་འབྲས་བུ་སྒྲིན་པ་མིན་པས་མི་བཟོད་རྒྱ་ཅང་མེད་སྟམ་པ་  
 བྱེད་དགོས། ཆོས་ལ་ངེས་སེམས་ཀྱི་བཟོད་པ་ནི། སྦྱར་བའི་ཆོས་དྲག་དང་བཤེས་  
 གཉེན་བསྟེན་ཚུལ་ནས་བཟུང་གང་ལ་ཡང་མི་བཟོད་པ་མེད་པར་ཉམས་སྤྱོད་པ་  
 ཡིན། དེ་ཡང་ད་ལམ་ངས་ལམ་བཟང་པོ་འདི་འདྲ་བ་ལ་ཉམས་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་བ་  
 སྐལ་བ་བཟང་སྟམ་དུ་དགའ་ཆོར་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས། བཙོན་གུས་ཀྱི་ངོ་བོ་ནི་སྦྱོང་  
 འཇུག་ལས། བཙོན་གང་དགེ་ལ་སྦྱོ་བའོ། ། ཞེས་གསུངས་པ་ཟློས། དགེ་བ་ལ་  
 མངོན་པར་སྦྱོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན། ཡང་བཙོན་པ་དང་སྤྱག་རུས་དང་བཙོན་གུས་  
 རྣམས་མི་གཅིག་སྟེ། བཙོན་པ་དང་སྤྱག་རུས་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་ཆོང་ཞིང་ལས་  
 སོགས་ལ་བཙོན་པ་ཡང་ཡོད་པས་དགེ་ལ་སྦྱོ་བའི་ངེས་པ་མེད། སྦྱོན་སོགས་དེ་  
 རྣམས་སོ་སོའི་རྩ་ལ་རྒྱུགས་པ་ལ་པར་སྦྱོན་གྱི་མིང་ཐོབ། བཙོན་གུས་ལ་དབྱེ་ན་  
 གསུམ་ལས་གོ་ཆའི་བཙོན་གུས་གལ་ཆེ་སྟེ་དེ་ནི་ལམ་ལ་ཡུན་རིང་པོ་རི་ཅམ་སྦྱོབ་  
 དགོས་ཀྱང་ཁྱུ་པ་མེད་པ་ཡིན། འདི་མེད་ན་སྤྱགས་ལ་ཁྱགས་ཀྱང་དཔུལ་བའི་རྒྱ་



413

ནས་དོན་དུ་འགྱུར་བ་འགའ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་དེ་དེ་དག་ནི་ངེས་པར་བྱེད་དགོས།  
བྱང་སེམས་ཆོགས་སྒྱུར་བས་ཆོས་བཤད་ན་པལ་ཆེར་དོན་མེད་ཅིང་རེ་གཉིས་ལ་དོན་  
དུ་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད། དེའི་མཆོད་གཞི་ལ་རྩོམ་ཆེ་བཞག་པ་ཡིན་ཏེ། རེ་གཉིས་ལ་  
དོན་དུ་གྱུར་པའི་རེ་གཉིས་ནི་ཁྱེད་ཀྱི་འབྲོམ་གསུམ་དང་། རྣལ་འབྱོར་རྣམ་པ་བཞི་  
སོགས་ཡིན། ས་ཐོབ་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཆོས་བཤད་པ་པལ་ཆེར་དོན་དང་ལྡན་  
ཞིང་རེ་གཉིས་ལ་དོན་དུ་མི་འགྱུར་བ་ཡང་ཡོད། སངས་རྒྱས་ཀྱིས་ཆོས་གསུངས་པ་  
ནི་དོན་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་མ་གཏོགས་དོན་མེད་པ་ཡིག་འབྲུག་ཅིག་ཀྱང་མེད། དེ་བས་  
ན་སྐབས་སུ་བབས་པའི་དམིགས་བསལ་རེ་གཉིས་བྱང་ན་མ་གཏོགས་ད་ལྟ་བཤད་པ་  
ལ་མ་རིངས་པར་སྒྲིམ་པ་ལ་རིངས་པ་དགོས། སྐབས་སུ་བབས་པ་ལ་མ་བཤད་ན་ནི།  
སེར་སྒྲིམ་ཆོས་ལོ་རེ་མི་ཉེར་དང་། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀུན་དཀྱིས་ཆང་ན་བྱང་  
སེམས་ཀྱི་ཙྰ་ལྷུང་ཡང་ཡོང་བས་ངེས་པར་བཤད་དགོས། ཞི་གནས་ནི་ཐེག་པ་  
གསུམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་ཞི་གནས་ཀྱི་ཁོངས་སུ་འདུ་ཞིང་། ཞི་  
གནས་ལ་ཆོགས་བསྟེན་པ་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། སྒྲོ་ལྡན་གང་དུ་སྐྱབ་  
པའི་ཡུལ། ། ལེགས་པར་རྟེན་དང་གནས་བཟང་དང་། ། ས་བཟང་བ་དང་གྲོགས་  
བཟང་དང་། ། རྣལ་འབྱོར་བདེ་བའི་ཡོ་བྱད་ལྡན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་མཐུན་  
པར་གྱུར་པའི་ཡུལ་ན་གནས་པ་སོགས་ཡིན་ལ། ཞི་གནས་སྒྲིམ་པ་སྐབས་སུ་བབས་  
པ་ན་གནས་ཤིན་ཏུ་དབེན་པར་གནས་དགོས། གལ་ཆེ་ཤོས་གྲོགས་ལས་འབྲས་ལ་  
དད་པའི་ལྟ་བ་དང་སྒྱུད་པ་དང་མཆོད་མཐུན་པ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་བསྟེན་དགོས།  
ཚུལ་ཁྲིམས་དག་པ་ལ་ནི་ཞི་གནས་ཀྱི་ཆོགས་ཆང་ནས་ཡོང་བས་དེ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ།  
དངོས་གཞི་ལ་ལུས་གནད་འཆའ་ཚུལ་སྒྱུར་བའི་ཆོས་རྒྱལ་གི་སྐབས་ལྟར་དང་།  
དམིགས་ཉེན་ནི་ལྟ་སའི་རྩོམ་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཐུབ་དབང་གི་བྱིས་སྒྲུ་མཇལ་སྒྲོ་བ་  
རྣམས་ལ་ལེགས་པར་བསྟོས་ཏེ་དེ་དག་གི་དོན་སྒྲི་སྒྲོ་ཡུལ་དུ་ངེས་པར་བྱས་ནས་



སངས་རྒྱུ་ལྷ་ལ་དམིགས་དགོས་ལ། དེ་ཡང་འབྱར་སྐྱོད་དང་བྱིས་སྐྱོད་དེ་དག་ལྟ་བུ་  
 མིན་པར་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་དྲངས་ཤིང་གསལ་བ་ཞིག་ཆེ་ཆུང་ཐེབས་སོར་  
 རམ་རྒྱ་སྐྱོད་ཀྱི་ཆོད་ཅམ་པ་དང་ལྷའི་གདན་ལ་བཞུགས་པ་སྐྱོད་མདོག་གསེར་གཙོ་མ་ལྟ་  
 བུ་འོད་ཟེར་འདྲོམ་པ་གང་འཕྲོ་བ་ཞིག་ལ་སེམས་གཏོད་པ་ཡིན། དེའི་སྒྲིན་དུ་ཡང་  
 སྐྱོར་བའི་ཆོས་དུག་དང་། ཆོ་འདི་དང་ཕྱི་མའི་བདེ་བ་ལ་ཞེན་པ་ལོག་པའི་ངེས་  
 འབྱུང་གཉིས་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཆོད་ཉིད་ཆང་བ་རེ་བསྐྱེམས་ནས་ཞི་གནས་  
 དངོས་གཞི་དམིགས་ཉེན་ལ་སེམས་ཟིན་ཏེ་དྲན་པའི་རྒྱན་སྐྱོང་ལ་དེ་ཡང་དབྱུགས་  
 མར་རིམ་བཞིན་སྒྲོ་ལ་འཇུག་པའམ། ཡང་ན་ཞབས་ནས་ཡར་རིམ་བཞིན་བྱེད།  
 དེ་ཉིད་ཀྱང་རེ་ཤིག་གི་བར་སྐྱའི་ཁོ་ལག་མ་དོར་ཞིང་ཕྱག་གི་འཛིག་མཆོམས་ཟིན་པ་  
 ཅམ་གྱིས་ཆོམ་པར་བྱེད་དགོས། དེ་ཡང་དཔེར་ན་དམིགས་པ་ནོར་ལྟ་བུ་དང་དྲན་  
 པ་ནོར་སྐྱོང་ལྟ་བུ། ཤེས་བཞིན་ནི་རྒྱན་པོ་ཡང་མིན་བལྟ་བའི་བྱ་ར་བལྟ་བུ་ཡིན་པས་  
 དྲན་པས་དམིགས་པའི་ནོར་མ་བཟེད་པར་རྒྱན་ལྡན་དུ་སྐྱོང་ཞིང་། ཤེས་བཞིན་  
 གྱིས་བྱང་ཆོད་སོགས་ཀྱི་རྒྱན་པོ་འོང་མེ་འོང་བཟླ་དགོས་ལ། དེའི་ཆུལ་ཡང་དྲན་  
 པའི་སྐྱོང་ཆུལ་ལ་ཤེས་བཞིན་ཆང་ཡོད། སེམས་ཀྱི་གནས་ཆ་དང་ངར་ཆ་གཉིས་  
 ལྡན་དེ་ཏིང་ངེ་འཛིན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ལ། དེའི་གནས་ཆ་མེད་པར་བྱེད་མཁན་ཆོད་  
 པ་དང་། ངར་ཆ་མེད་པར་བྱེད་མཁན་བྱིང་བ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་དགའི་གཙོ་བོ་  
 ཡིན། དེ་གཉིས་སྐྱེ་ཁ་མ་ནས་རིག་ཐུབ་ན་དང་དེ་མིན་ཀྱང་སྐྱེས་མ་ཐག་ནས་རིག་  
 པར་བྱས་ཏེ་དྲན་པ་དང་ཤེས་བཞིན་བསྟེན་དགོས། དེ་ལྟར་ཆར་ལྡ་དུག་བྱས་ཀྱང་  
 ད་དུང་མི་ཐུབ་པར་སྤང་ན་ཐུན་སྐྱོང་བ་མཆོམས་བཞག་སྟེ་མཆུལ་སོགས་བསག་སྐྱང་  
 བྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་པར་ད་དུང་དེའི་རྒྱན་སྐྱོང་ཁྲལ་བྱས་ན་སྟོག་རྒྱང་  
 ཞུགས་ཉེན་ཡོད་པས་མན་ངག་འདི་དག་གིས་ཟིན་པ་ངེས་པར་དགོས། སེམས་མཐོ་  
 དམན་ཀྱང་རན་པར་བྱ་དགོས་ཏེ། མཐོ་དགས་ན་ཆོད་པ་སྐྱེ་ཞིང་སྟོག་རྒྱང་ཞུགས་



ཡོང་། དམའ་དྲགས་ན་བྱིང་བ་སྦྱོང་བ་ཡིན། ཉིང་ངེ་འཛིན་དོན་དུ་གཉེར་བ་ནམས་  
 གྱིས་དབུས་མཐའ་ལས། ཉེས་པ་ལྡ་སྤྱོད་འདུ་བྱེད་བརྒྱད། ། བཞེན་པའི་རྒྱུ་ལས་  
 བྱུང་བའོ། ། ཉེས་གསུངས་པ་ལྟར། ཉེས་པ་ལྡ་སྤྱོད་བ་དང་། འདུ་བྱེད་བརྒྱད་  
 བཞེན་པ་འདི་མ་ཤེས་པའི་ཐབས་མེད་པས་དེ་ལ་དོན་གཉེར་ཆེན་པོ་བྱེད་དགོས།  
 སྤར་བྱས་པ་ད་ལྟར་བསྐྱོམས་པས་གསལ་ཆ་དང་ངར་ཆ་གཉིས་མ་ཤོར་བའི་སྒྲིག་སྒྲུབ་  
 གནས་ཆ་ཆེར་སོང་ན་ཁི་གནས་ལ་ཉེ་དུ་སོང་བ་ཡིན། དེའི་སེམས་གནས་དང་པོ་  
 དང་། དེ་ལ་སྦྱོམས་ཏེ་འཇུག་པའི་ཡིད་བྱེད་ཡོད། བར་པ་ལྡ་ལ་ཆད་ཅིང་འཇུག་  
 པའི་ཡིད་བྱེད་དང་། བདུན་པ་དང་བརྒྱད་པ་ལ་ཆད་པ་མེད་པར་འཇུག་པའི་ཡིད་  
 བྱེད་དང་། དགུ་པ་ལ་ལྷན་གྱི་སྒྲུབ་པའི་ཡིད་བྱེད་ཡོད། དེ་ནས་ཁི་གནས་དངོས་  
 འགྲུབ་པ་ན་དེའི་ངང་ནས་ལྷག་མཐོང་སྒྲུབ་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤྱོད་ཉིད་ལ་  
 དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་སྒྲུབ་པ་ལ་སྤྱོད་ཉིད་ཤེས་དགོས། དེ་ཡང་རང་བདེན་མེད་  
 ཡིན་པའི་རྒྱུ་མཆན་གྱིས་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཀྱང་སྤྱོད་པ་ཉིད་མིན་ཏེ་མེད་དགག་མིན་ཁིང་  
 སྒྲུབ་པ་ཡིན་པས་སོ། ། སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་ནི་བདག་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཉེས་པ་ནས་  
 བཟུང་སྤྱོད་པ་སྒྲུབ་པ་ཡིན། ལྷག་མཐོང་ལ་ཡང་ཆོགས་བཞེན་པ་གལ་ཆེ་ལ། དེ་ལ་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆོགས་གསུམ་གྱི་དང་པོ་ནི། སྤྱོད་པ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་  
 ལྷག་པའི་ལྷ་འཕྲུལ། ལྷག་པའི་ལྷ་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་  
 པ་གཉིས་ཏེ། དེའི་དང་པོ་ནི། ཕྱག་ཆེན་སྒྲོམ་ན་མདུན་གྱི་ནམ་མཁར་སང་བྱིའི་  
 སྤྱོད་དུ་རྩེ་བཅུན་འཇམ་དབྱངས་བཀོད། དེའི་འོག་དུ་ཕྱག་ཆེན་བརྒྱུད་པའི་སྤྱོད་པ་  
 རྒྱུ་མཐའ་བཀོད་དེ། ཕྱག་ཆེན་གསོལ་འདེབས་འདོན་ཁིང་སྤྱོད་པ་རྒྱུ་མཐའ་རེ་རེ་ནས་  
 བཞེན་ཏེ་མཐར་འཇམ་དབྱངས་ལ་བཞེན་ནས་བཟུངས་པ་བྱ། གཉིས་པ་ནི། སང་  
 བྱིའི་རྩེ་རིན་པོ་ཆེ་བཀོད། དེའི་སྤྱོད་པ་མཆན་སུ་སྤྱན་རས་གཟིགས། སྤྱོད་པར་  
 འཇམ་དབྱངས། མགོན་པར་ཕྱག་རྒྱ་རྩོད་བཀོད། ཕྱགས་ཀའི་རྩི་ལས་འོད་འཕྲོས།



སྤྱགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་སྤྱུང་བ་ཅས་སོགས་སྤྱུང་བ་ཡུལ་ཐམས་ཅད་བསྐྱུས་ཏེ་རྩེ་རིན་པོ་  
 ཆེ་ལ་ཐེམ་པར་མོས་ནས། དཔལ་ལྷན་ས་གསུམ་འགྲོ་བའི་མིག་གཅིག་ཟུ། ། ཞེས་  
 པ་ནས། མཆོག་གི་དངོས་གྲུབ་བརྟེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས། ། ཞེས་པའི་བར་  
 བཏོན། དེ་ནས་དམིགས་བརྟེན་མ་བརྒྱ་སྐྱེར་རེ་མ་མཐར་བྱས་ཏེ་འདོན་ཞིང་། དེའི་  
 སྐབས་མ་དག་འབྱུང་དང་མི་ཤེས་སྤྱིང་། ། སྤྱུ་ཡིས་ཆེ་ཞིང་གསུང་གི་གསལ། ། ས་  
 བོན་མུར་ཞིང་ཕྱག་མཆོན་ཟབ། ། སྤྱེགས་བམ་རལ་གི་སྤྱེགས་རལ་གིས། ། འཆད་  
 དང་ཚོད་དང་ཚོམ་པའོ། ། ཞེས་པའི་དམིགས་པ་རྣམས་སྐབས་དང་བསྐྱུན་ནས་  
 བྱེད། དེ་ནས། དེང་ནས་བཙུམས་ཏེ་ཆེ་རབས་ཀུན་ཏུ་བདག ། ཞེས་སོགས་  
 རྒྱགས་པར་འདོན། དེ་ནས་རྩེ་སྤྱུ་མ་རང་ལ་བསྟེན་སྟེ་བསྐྱོ་སྐྱོན་གྱི་རྒྱས་འདེབས་  
 བྱས་ནས་ལྷ་བྲིད་སྤྱིང་། ཆོགས་གཉིས་ཀ་བསག་སྤྱང་བྱ་བ་ནི། ལྷ་བཤགས་དང་།  
 རྩེ་རྩེ་སེམས་དཔའི་བསྐྱོམ་བསྐྱུས། སྤྱུང་བ་སེམས་མཆོལ་དམིགས་བརྟེན་མ་བཅས་  
 འབྲུམ་ཐེར་རེ་སྐྱོན་ཏུ་བཏང་སྟེ་བསག་སྤྱང་གནད་སྐྱོན་བྱེད་པ་ཡིན། ཆོགས་གསུམ་  
 པ་ནི། སྤྱུ་སྤྱུ་ཡབ་སྤྱུ་གྱི་གཞུང་ལ་ལྷ་རྟོག་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཤེས་པའི་ཕྱིར་ཏུ་  
 རྟོན་པ་བཞི་སྐྱེར་གསུངས་ཤིང་འདིའི་རྟོན་པ་ནི་སྤྱུ་གསལ་གཏོད་པའམ་དེའི་རྩེས་སྤྱུ་  
 འབྲང་བ་ལ་བྱེད་དེ། དེ་ཡང་གང་ཟག་གི་རྩེས་སྤྱུ་མི་འབྲང་བར་ཆོས་ཀྱི་རྩེས་སྤྱུ་  
 འབྲང། ཆོས་ཀྱང་ཆོག་ཙམ་གྱི་རྩེས་སྤྱུ་མི་འབྲང་བར་དོན་གྱི་རྩེས་སྤྱུ་འབྲང། དོན་  
 ཡང་བྱང་དོན་གྱི་རྩེས་སྤྱུ་མི་འབྲང་བར་ངེས་དོན་རྩེས་སྤྱུ་འབྲང། ངེས་དོན་དེ་ཡང་  
 དོན་སྤྱིའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་རྩེས་སྤྱུ་མི་འབྲང་བར་མདོན་སྤྱུ་ཏུ་  
 རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩེས་སྤྱུ་འབྲང་བ་སྟེ་དོན་ཏུ་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་གི་  
 མདོན་སྤྱུ་གྱི་སྤྱིད་ཡུལ་དེ་རྟོགས་ན་སྤྱིང་ཉིད་རྟོགས་ལ། དེ་མ་རྟོགས་ན་སྤྱིང་ཉིད་  
 མ་རྟོགས་པ་ཡིན། ལྷག་མཐོང་བསྐྱོམ་པའི་ཐོག་མར་ཡང་སྤྱར་ལྷར་སྤྱིར་ཆོས་དང་  
 སྤྱུ་མའི་རྣལ་འབྱོར། ངེས་འབྲང་བྱང་སེམས་རྣམས་བསྐྱོམ་པ་སྐྱོན་ཏུ་བཏང་སྟེ།



དང་པོར་གང་ཟག་གི་སྤྱི་དུ་བསྐྱེམ་པ་ལ་གནད་བཞིའི་དབྱེད་པ་བྱེད་པ་ཡིན་པས་  
 དེའི་ཚུལ་ནི། བཞི་བརྒྱ་པའི་འགྲེལ་པ་ལས། དེ་ལ་བདག་ཅེས་བྱ་བ་ནི་གང་ཞིག་  
 དངོས་པོ་རྣམས་ཀྱི་གཞན་ལ་རག་མ་ལས་པའི་ངོ་བོའི་རང་བཞིན་ཏེ་དེ་མེད་པ་ནི་  
 བདག་མེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་གྱི་དགག་བྱའི་སྣང་ཚུལ་མ་ངེས་པར་བདག་  
 མེད་རྟོགས་པ་མེད་པ་ནི་སྤྱོད་འཇུག་ལས། བཏགས་པའི་དངོས་ལ་མ་རེག་  
 པར། ། དེ་ཡི་དངོས་མེད་འཛིན་མ་ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན། དེ་ན་  
 རང་གི་བྱ་བ་ཞིག་བྱས་པ་ན་ངས་བྱས་སྟམ་པ་འོང་པས་དེའི་ཆོ་བྱེད་མཁན་གྱི་ང་དེ་སྤྱི་  
 རེད་སྟམ་དུ་བརྟག་པ་ནི། སྤང་སྟགས་གང་ལ་ཡང་རག་མ་ལས་པར་རྒྱུ་གྲུབ་པ་  
 ཞིག་མཐོང་ན་དགག་བྱ་ངོས་ཟིན་པ་ཡིན་ཞིང་། དེ་ནི་གནད་དང་པོ་དགག་བྱའི་  
 སྣང་ཚུལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན། དེ་ནས་དེ་གསལ་དུ་བཏང་སྟེ་དེ་འབྲའི་ང་དེ་ཤེས་  
 པ་ཡིན་མིན་གཉིས་དང་། ཤེས་པ་དང་གཅིག་དང་ཐ་དད་གང་ཡིན་དཔྱོད་ཚུལ་  
 གཉིས་ཡོད་པའི་དང་པོ་ནི་གཞུང་ལུགས་ལ་མ་སྤངས་པས་དཔྱོད་ཚུལ་ཡིན་ཞིང་།  
 བྱི་མ་གཞུང་ལུགས་ལ་སྤངས་པས་དཔྱོད་ཚུལ་ཡིན་ལ། དེའི་ཚུལ་ནི་རྩ་བའི་དང་  
 རྩ་མེད་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཆོས་མེད་པས་རྩ་བའི་ཡིན་ན་ཐ་དད་དུ་ངེས་ཤིང་།  
 རྩ་མེད་ཡིན་ན་གཅིག་དུ་ངེས་ལ། གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སྤང་གསུམ་  
 པ་མེད་པར་ངེས་པ་གནད་གཉིས་པ་ཁྱབ་པ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན། དེ་ནས་བདག་  
 སྤང་པོ་དང་གཅིག་ཐ་དད་གང་རུང་ལས་མ་འདས་པས་གཅིག་ཡིན་སྟམ་ན། དེ་  
 ལྟར་ན་བདག་སྤང་པོ་ཡིན་པ་ལས་འོས་མེད་ལ། དེ་ཡིན་ན་བདག་ཁས་སྤངས་པ་  
 གོན་མེད་དུ་ཐལ་བ་དང་བདག་མང་པོར་ཐལ་བ་དང་། བདག་སྤྱེ་འཇིག་ཅན་དུ་  
 ཐལ་བའི་སྤྱོད་གསུམ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་ཡང་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་གཅིག་ཡིན་  
 ན་དཔྱེ་བ་གཏན་མེད་ཀྱི་གཅིག་ཡིན་པ་ལས་འོས་མེད་ལ་དེ་ནི་གཏན་མིན་ཏེ།  
 བདག་དང་སྤང་པོ་ཞེས་སོ་སོར་སྣང་བས་སོ་སྟམ་དུ་ངེས་པ་ནི་གནད་གསུམ་པ་



བདེན་པའི་གཅིག་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན། དེ་ནས་གཅིག་མིན་ན་ཐ་དད་ཡིན་  
 ངེས་སྟུང་ན། དེ་ལ་དབྱུང་པ་ན་བདག་ཕྱང་པོའི་བདག་པོ་བྱེད་མཁན་ལྟར་སྤང་བ་  
 འོང་ཞིང་། དེ་ལྟར་སྤང་བ་ལྟར་གྲུབ་པ་གནས་ལུགས་ཡིན་ན་སྤང་ཡུལ་ལ་མ་འབྲུལ་  
 བ་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་མ་འབྲུལ་བ་མིན་ཏེ། བདག་དང་ཕྱང་པོ་འབྲེལ་གྱི་ཐ་དད་  
 ཡིན་ན་བདག་གཅིག་འབྲེལ་དང་། དེ་བྱུང་འབྲེལ་གང་རུང་ཡིན་དགོས་ཀྱང་།  
 བདག་གཅིག་འབྲེལ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཉིད་གཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་  
 འབྲེལ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་ཕྱང་པོ་ལ་རག་མ་ལས་ཕྱང་པོ་བདག་ལ་ཡང་རག་མ་ལས་  
 པའི་ཕྱིར། འབྲེལ་མེད་ཐ་དད་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡིན་ན་ཅ་ཤེ་ལས། གལ་ཏེ་ལྟ་དེ་མི་  
 ཡིན་ན། ། དེ་ལྟ་ན་ནི་ཉག་པར་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྦྱོར་འཇུག་ལ་རང་  
 བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པའི་ཐ་དད་ཡིན་ན། མགོ་གཅིག་ལ་སྦྱོར་པའི་རུ་གཉིས་ལྟར་  
 འབྲེལ་བ་གཏན་མེད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་ཏེ། བདག་དང་ཕྱང་པོ་  
 གཉིས་འབྲེལ་བ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་བས་ན་དེ་གཉིས་ཐ་དད་མིན་སྟུང་དུ་ངེས་  
 པ་དེ་བདེན་པའི་དུ་བྲལ་ངེས་པའི་གནད་ཡིན། དེ་ལྟ་བས་ན་བདག་ཅས་བྱ་བ་ངས་  
 མཐོང་བ་ལྟར་དུ་མེད་ངེས་པ་ལ་ངས་ལྟས་ངན་མཐོང་བ་ཡིན་འདུག་སྟུང་པ་བྱུང་ན་  
 ལྟ་བ་རྟེན་པའི་འགོ་ཚུགས་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་མེད་སྟུང་པ་དེ་ཁ་རྒྱན་བསྐྱངས་ན་དེ་ལ་  
 བརྟེན་ནས་ལྟ་བ་རྟེན་པའི་ལྟ་ག་མཐོང་འགྱུབ། བདག་ཕྱང་གཅིག་ཡིན་ཚུལ་ལ་  
 གཞོད་བྱེད་གཞན་ཡང་། འཇུག་པ་ལས། གལ་ཏེ་ཕྱང་པོ་བདག་ན་དེ་ཕྱིར་དེ། །  
 མང་བས་བདག་དེ་དག་ཀྱང་མང་པོར་འགྱུར། ། ཞེས་དང་། ཅ་ཤེ་ལས། ཉེ་བར་  
 ལེན་ཉིད་བདག་ཡིན་ན། ། སྦྱོང་ང་འཇིག་པ་ཅན་དུ་འགྱུར། ། ཞེས་གསུངས་པ་  
 ལྟར་ཡིན། བདག་གི་བ་རང་བཞིན་གྱིས་གྲུབ་པ་འགོག་ཚུལ་ནི། དཔེར་ན་མ་  
 གཤམ་མེད་པར་ངེས་ན་དེའི་བྱ་མེད་པར་ངེས་པ་ལྟར། བདག་རང་བཞིན་གྱིས་  
 མེད་པར་ངེས་ན་བདག་གི་བ་ཡང་དེས་འགྱུབ་པས་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་སྟོབས་གྱིས་



ངེས་ཀྱིས་པ་ཞིག་བྱུང་ན། དེའི་རྒྱན་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞེ་གནས་བསྐྱེད་པས་དེ་སྤང་བ་  
 ལྟར་དུ་མེད་པར་ངེས་པའི་ཚད་མ་སྒྲིམ་པ་ལས་ལྟ་བུ་ཆེད་པར་འགྱུར། དེ་ནས་སྤྱད་  
 པ་ལས། བདག་ཅི་འདྲ་བ་དེ་འདྲར་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཤེས། ཞེས་གསུངས་  
 པ་ལྟར་སེམས་ཅན་གཞན་ལ་ཡང་རིགས་འདྲ་སྒྱུར་ནས་སྒྲིམ་དགོས། དེ་ནས་ཆོས་  
 གཞན་ལ་ཡང་ཆ་ཅན་ནམས་ཆ་ཤས་ཆོགས་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་དང་། དེ་  
 ཡང་རང་གི་རྟོག་པ་ལ་སྤང་ཚུལ་གཉིས་སྒྲགས་ནས་སྒྲིམ་ན། དགག་བྱའི་དོན་སྒྱི་ལྟ་  
 བུ་ཞིག་ཤར་བ་ཡིན་པའི་དབང་གིས་དགག་བྱ་ལ་བྱུང་པར་ཡང་སྒྱུར་མི་དགོས། དེ་  
 ལྟར་མཉམ་བཞག་དུ་རང་བཞིན་མེད་པར་ངེས་སྟོབས་ངེ་ཅམ་ཆེ་བ་ཅམ་གྱིས་རྗེས་  
 ཐོབ་དུ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡིན། སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ལ་ཡང་སྤང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་དང་།  
 སྤང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་གཉིས་ལས་མེད་བཞིན་དུ་སྤང་བ་སྒྱུ་མའམ་ཀྱན་རྫོབ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་  
 ཡིན། ཡོད་ཅམ་དེ་སྤང་བ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་ཡིན། སྒྱུ་མ་ལྟ་བུ་འདི་ལ་སྒྲོ་གཉིས་ཆོགས་  
 ཤིག་དགོས་ཏེ། སྒྱུ་མ་མཁན་གྱིས་རྗེས་ཤིང་ཉར་སྒྱུལ་པའི་ཆོ། སྒྱུ་མ་མཁན་རང་  
 ཉིད་ལ་རྗེས་ཤིང་ཉར་སྤང་བའི་དབང་ཤེས་ཚད་མ་དང་། དེ་རྗེས་ཤིང་སྐྱགས་ཡིན་  
 པ་ལས་ཉ་མིན་སྒྲམ་དུ་འཛིན་པའི་ཡོད་ཤེས་ཚད་མ་གཉིས་ཡོད་པ་ལྟར། ཆོས་  
 ཐམས་ཅད་སྤང་བ་ལྟར་མ་གྱུབ་པར་ངེས་པའི་ཡོད་ཤེས་ཚད་མ་དང་། མེད་བཞིན་  
 དུ་སྤང་བའི་དབང་ཤེས་ཚད་མ་གཉིས་ཆོགས་ཤིག་ལ་སྒྱུ་མ་ལྟ་བུའི་དོན་ཚད་བ་ཡིན།  
 དེ་ཡང་རྗེས་ཐོབ་དུ་ཡུལ་གང་ཤར་མཐོང་བ་ལྟར་དུ་མེད་པའི་མི་ལམ་ལྟ་བུར་འཆར་  
 ལ། དེ་ལྟར་དབང་པོའི་མངོན་སུམ་ལ་སྤང་ཞིང་། ཡོད་ཀྱི་མངོན་སུམ་ལ་མེད་པར་  
 ངེས་པ་དེ་ཉིད་བསྐྱེད་པ་ལས་སྒྱུ་བཞི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་ལྟན་གྱི་གོ་འཕང་ཐོབ་པར་གྱུར། དེ་  
 དག་ཀྱང་ཉེ་བར་འཁོར་གྱིས་ཁྱེས་པ་ལས། རྩ་ཆོགས་ཡོད་དགའ་མེ་རྟོག་ཁ་བྱེ་  
 ཞིང་། ། གསེར་གྱི་ཁང་མཆོག་འབར་བ་ཡོད་འོང་བ། ། འདི་ན་དེ་ལའང་བྱེད་པ་  
 འགའ་མེད་དེ། ། དེ་དག་རྟོག་པའི་དབང་གིས་བཞག་པ་ཡིན། ། རྟོག་པའི་དབང་



གིས་འཛིག་རྟེན་རྣམས་བཏགས་ཏེ། ། ཞེས་དང་། མ་དྲོས་པས་ཁྱས་པ་ལས།  
 གང་ཞིག་རྟེན་ལས་སྦྱེས་པ་དེ་མ་སྦྱེས། ། དེ་ལ་སྦྱེ་བའི་རང་བཞིན་ཡོད་མ་ཡིན། །  
 རྟེན་ལ་རག་ལས་གང་དེ་སྟོང་པར་བཤད། ། གང་གིས་སྟོང་ཉིད་ཤེས་དེ་བག་ཡོད་  
 ཡིན། ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་རིགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྦྱབ་ན། དེ་  
 ཡང་རང་རྒྱད་པ་མཉམ་གྱི་རང་སྤེལ་བ་མཐའ་སྦྱ་བ་རྣམས་དགག་བྱ་བྱབ་རྒྱུ་བས་  
 སྟོང་པ་རྟོགས་ཀྱང་ཉི་ཆེ་བ་ཞིག་ལས་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་མི་རྟོགས། རྒྱ་ནག་གི་  
 མཁའ་པོ་ལྷ་ཤང་སོགས་ཡོད་པ་དང་རང་བཞིན་གྱིས་ཡོད་པ་འདྲིས། མེད་པ་དང་  
 རང་བཞིན་གྱིས་མེད་པ་འདྲིས་པས་དགག་བྱ་བྱབ་ཆེས་པ་ཡིན། དེས་ན་ཐོག་མར་  
 དགག་བྱ་མ་ཞོར་བར་ངོས་འཛིན་པ་གལ་ཆེ། དེ་ཡང་གཟུགས་བརྟན་གྱི་སྟེང་དུ་  
 སྦྱབ་ན་ངེས་སྒྲ་བས་དེའི་རྒྱལ་ནི། དཔེར་ན་མེ་ལོང་ནང་དུ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་  
 དེ་རྟེན་ཆོགས་པའི་དབང་གིས་ཤར་བ་མ་གཏོགས་མེ་ལོང་ནང་དུ་གཟུགས་བརྟན་  
 ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྲིད། དེའི་ནང་གི་དེ་གདོང་པ་ལ་རག་མ་ལས་པའི་གཟུགས་ཡིན་ན་  
 རྟེན་འབྲེལ་མིན་དགོས་ཀྱང་དེ་གདོང་པ་ལ་རག་ལས་པས་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པར་  
 འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལྟར་མེད་བཞིན་དུ་སྤང་བ་དང་། སྤང་བ་ལྟར་ཡོད་པར་མ་ངེས་  
 པའི་རྒྱལ་དེ་དཔེར་སྤངས་ནས་གཞན་ལ་ཡང་རིགས་འགྲེ་སྟེ། བུ་མ་པ་རང་རེའི་སྟོ་  
 ལ་འཆར་རྒྱལ་ལྟར་ཡོད་ན། ཁ་དང་མཆུ་སོགས་ལ་རག་མ་ལས་པའི་བུ་མ་པ་རང་  
 མཆོན་པ་ཞིག་ཡོད་དགོས་པ་ལ། དེ་ལྟར་མི་སྤང་སྟེ་དུ་ངེས་པ་དགོས། ཁ་མཆུ་  
 སོགས་ལ་རག་མ་ལས་པར་བུ་མ་པ་སྤང་བ་ལྟར་འཛིན་པ་འཛིན་རྒྱལ་ལྟར་སྦྱེས་ཡིན།  
 གྲུབ་མཐའ་ལ་ཁྱགས་པའི་དབང་གིས་དེ་ལྟར་ཡོད་ཐག་ཆོད་སྟེ་དུ་འཛིན་པ་འཛིན་  
 རྒྱལ་ཀྱང་བཏགས་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་བུ་མ་པས་མཆོན་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་འབྲས་  
 ལ་རག་ལས་ན་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་དགོས་ལ། རྟེན་འབྲེལ་མིན་ན་རྒྱ་འབྲས་ལ་རག་མ་  
 ལས་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་དེ་དག་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པ་ལས་མ་འདས་ལ། རྟེན་

འབྲེལ་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་དགོས་པ་ནི་བཞི་བརྒྱ་པའི་འབྲེལ་བ་ལས།  
 ཉེན་པ་ཡོད་པ་ཁོ་ནས་ཡོད་པ་ཉིད་དང་། ཉེན་པ་མེད་པར་ཡོད་པ་ཉིད་དེ་དག་ནི་  
 ཁོར་མ་ཆག་པར་ཐག་པ་བསྒྲགས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བཏགས་པའི་སྒྲུལ་ལྟར་རང་  
 བཞིན་གྱིས་མ་གྲུབ་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡིན་ལ། དབང་ཤེས་པར་  
 བཞག་ཡིད་ཤེས་ཀྱང་འབྲུལ་ནས། དཔེར་ན་སོལ་བ་ནག་ཤིལ་བ་ཞིག་མཐོང་བ་ན་  
 འདིན་སྒྲུར་གོག་ཞིག་སྤང་ངོ་སྒྲུལ་པ་དེའི་ཆེ་ཡིད་ཤེས་ཀྱང་དབང་ཤེས་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 འབྲང་ཉེ་སོལ་བ་ལ་སྒྲུར་གོག་དུ་འབྲུལ་བ་ཡིན་ཀྱང་། དེས་སྒྲུར་གོག་ཡིན་ཤིག་བྱས་  
 བ་ལས་ཀྱང་སྤངས་པས་སོལ་བ་ཡིན་པར་ཤེས་པ་ན། ཡུལ་དང་སྤོང་མེད་དུ་སོལ་བ་  
 ལ་སྒྲུར་གོག་དུ་གཟུང་བ་དང་ང་རང་འབྲུལ་བ་ཡིན་སྒྲུལ་དུ་ངེས་ཤེས་སྦྱེ་བ་ཡིན། དེ་  
 བཞིན་དུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྤང་བ་ལྟར་མེད་པ་ཡིན། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཉེན་ལ་འདི་ལ་  
 འགལ་ཟླ་དམིགས་པའི་ཉེན་ལ་ཟེར་ཏེ། རྒྱ་རྒྱུན་ལ་རག་མ་ལས་པ་དེའི་འགལ་ཟླ་  
 ཉེན་འབྲེལ་ཡིན་པར་དམིགས་པ་དང་། གཅིག་དུ་བྲལ་གྱི་ཉེན་ལ་འབྲེལ་ཟླ་མ་  
 དམིགས་པའི་ཉེན་ལ་ཟེར་ཏེ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་འབྲེལ་ཟླ་མ་དམིགས་བ་ཡིན་པས་  
 སྤོང་། ཉེན་འབྲུང་གི་རིགས་པ་འདི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ་ཉེ། འཇུག་པ་ལས། དེ་ཕྱིར་  
 ཉེན་འབྲུང་རིགས་པ་འདི་ཡིན་ནི། ། ལྟར་ན་དྲ་བ་མཐའ་དག་གཅོད་པར་བྱེད། །  
 ཅེས་གསུངས་སོ། དེ་ལྟར་བསྒྲུབ་པའི་མཐའ་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་རང་ཉིད་འཁོར་  
 བར་ཇི་ཅམ་གནས་དགོས་ཀྱང་སྦྱོར་བ་མི་སྦྱིན་འང་། སེམས་ཅན་ནམས་འཁོར་བའི་  
 སྒྲུག་བསྐལ་གྱིས་སྤྲད་ཅིག་རེ་རེ་མནར་བ་ལ་ཡང་མི་བཟོད་པར་སེམས་ཅན་འཁོར་བ་  
 བསྐྱེད་པ་ལ་སྤྲད་ཅིག་རེ་རེས་ཀྱང་རིངས་པའི་སྤྲིང་རྗེས་བསྐྱལ་ནས་སྤྲུགས་ལ་  
 འཇུག་དགོས་ལ། དེ་ཡང་སྤྲོ་མ་མཆོད་ཉིད་དང་ལྡན་པའི་དྲུང་དུ་སྦྱོར་བཞི་ས་བོན་  
 ཐེབས་ངེས་ཀྱི་དབང་བཞི་ནམ་པར་དག་པ་སྤངས་ཏེ། དམ་ཆོག་དང་སྤྲོ་མ་པ་  
 བསྐྱེད་བ་ལས་ལེན་གྱི་མཐེལ་དུ་བྱས། དེ་འགྲིག་ན་རྒྱུད་སྤེའོག་མ་ལྟར་ན་མཆོད་



བཅས་དང་མཚན་མེད་གྱི་རྣལ་འབྱོར་གཉིས་དང་། གོང་མ་ལྟར་ན་བསྐྱེད་རིམ་  
 དང་རྫོགས་རིམ་གཉིས་ལ་སློབ་པ་དང་། དམ་སྒྲིམ་བསྐྱེད་པ་མ་འགྲིག་ན་རེ་ཤིག་  
 རིམ་གཉིས་སྒྲིམ་པ་སློབ་བཏང་སྟེ་ཙ་ལྟར་ལ་སློག་བསྒྲིམ་དང་། ཡན་ལག་གི་ལྟར་  
 བསྐྱེད་མ་གོས་པ་ལ་འབད། རྒྱ་ལ་གོས་ན་ཡང་སྟོབས་བཞིའི་བཤགས་སྒྲིམ་བྱས་  
 ཉིད་ག་པར་བྱས་ན་སྐྱེ་བ་བཅུ་དྲུག་ཚུན་ལ་ངེས་པར་འཚང་རྒྱ་བས་དོན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་  
 ཡིན་གསུངས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་སྒྱུར་བའི་རིམ་པ་མདོར་བསྐྱེད་དང་། ། །

## ཉིན་སྐྱོད་ཀྱི་སྐབས་ལ།

སེམས་བསྐྱེད་དངོས་གཞིའི་ཆོ་ག་ནམས་དམ་པ་གོང་མའི་ཕྱག་ལེན་ལྟར་  
 གསུང་བཤད་དང་སྒྲུབ་ནས་གནང་སྟེ་གདུལ་བྱའི་རྒྱུད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རིན་པོ་  
 ཆེ་བྱེད་པར་མཛད་ཅིང་། བར་བར་དུ་སྒོ་རབ་འབྲིང་མཐའ་གསུམ་སོ་སོའི་སྒྲོ་དང་  
 འཆམས་པར་འགོ་འདུག་སྒྲོ་ལམ་ཚུན་ཆད་འདུལ་བ་དང་མཐུན་པར་བྱེད་དགོས་  
 ལུགས་དང་། ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རང་རང་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བསྟན་པ་འཛིན་དགོས་ཚུལ་  
 སྐད་གསུངས་སྐབས་དང་མཐའ་ཕྱག་ཀྱན་དུ་དགོ་བའི་བཀའ་སློབ་ཀྱང་མཐའ་ཡས་  
 པ་སྟེ། རྒྱལ་བསྟན་ཡང་སྒྲིང་གསེར་མདོག་ཅད་པའི་འཆང་བའི་ལུགས་སྟེལ་དྲི་  
 མ་མེད་པ་འདི་ཉིད་འཛིན་སྒྲོང་སྟེལ་གསུམ་མཛད་པའི་སྒྲིས་ཆེན་དམ་པས་ནོར་  
 འཛིན་ཡངས་པའི་ཁྱོད་ཐམས་ཅད་དུ་བྱབ་པར་འགྱུར་བའི་བཀའ་དྲིན་མད་དུ་བྱང་  
 བ་འདི་ལྟར་མཛད་པ་ལགས་སོ། ། འདིར་སྒྲས་པ། རོ་མཆར་མད་བྱང་རྒྱབས་  
 ཆེན་རྒྱལ་སྟེལ་སྟེ། ། བྱེད་ཆོས་ཀྱན་རྫོབ་བྱང་ཆུབ་སེམས་བསྐྱེད་དེ། ། ཕྱིན་དུག་  
 བསྐྱེད་བཞིའི་ལམ་ལ་སློབ་ཚུལ་དང་། ། གསང་སྟགས་ཟབ་མོར་འཇུག་པའི་རིམ་པ་  
 ནམས། ། རྩེ་བཅུན་ཞལ་གྱི་བུམ་བཟང་ལས་འོངས་པའི། ། རྩེན་མེད་ལེགས་  
 བཤད་གཏེར་ཆེན་འདི་འདྲ་བ། རྒྱུད་ཡང་ཡིད་ལ་ཅི་ཡང་མི་བསམས་པར། །  
 ཅལ་ཅལ་ངང་དུ་སྤོང་པ་ཁྱོད་རེ་སྟུན། ། འོན་ཀྱང་གཞན་ལ་སྟུན་ཕྱིར་གང་ངེས་  
 འོན། ། རི་མོར་བཀོད་ལ་བསོད་ནམས་གང་ཡོད་དེས། ། མ་གཞན་མཐའ་དག་  
 བདག་ཉིད་གཅིག་པོ་ཡིས། ། རྣམ་འབྲེན་སངས་རྒྱས་ས་ལ་འགོད་ཅུས་ཤོག །  
 རྒྲིས་བུ་ཆེན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་ལ་སྒོ་སྒྲོང་བ་བྱིས་བྱིན་ཏོ། ། སྒྲར་ཡང་ཆོགས་སྟེ།  
 བཅད་དེ་སྒྲས་པ། པ་སྒྲ་མའི་ཞལ་དཀྱིལ་མཇལ་བཞིན་དུ། ། གཟུགས་མཛེས་ལ་



བཏུ་ཞིང་ཞིན་པར་བྱེད། ། གསུང་གདམས་ངག་ཟབ་མོ་ཐོས་བཞིན་དུ། ། སྒྲ་ཐ་  
 མལ་པ་ལ་ཆགས་ཤིང་ཞིན། ། མགོ་ཚུལ་བྲིམས་དྲི་བསུང་ཆོར་བཞིན་དུ། ། འདྲོད་  
 ཡོན་གྱི་དྲི་མར་ཆེས་ཆེར་ཞིན། ། ཆོས་གདམས་པ་རོ་བཅུད་ཚུང་བཞིན་དུ། ། ཟས་  
 པལ་པ་དག་ལ་ཞིམ་ཞིམ་འཛིན། ། དེག་བྱང་འཕགས་སྟོན་པའི་ན་བཟའ་ལ། །  
 དོན་མི་གཉེར་མི་གཙང་ལུས་ལ་ཆགས། ། སྒྲར་འདྲོད་ཡོན་གྱིས་བསྐྱུས་ནས་འབྲུམ་  
 འབྲུམས་ཀྱང་། ། སྒྲར་འདྲོད་ཡོན་ལ་ཆགས་བྱོད་ཅི་ཞིག་བསམས། ། དོན་དེ་ཕྱིར་  
 ད་རེས་དལ་བའི་རྟེན། ། ཐོབ་བཞིན་དུ་ཆུད་ཐོས་མི་གཏོང་བར། ། པ་སྒྲ་མའི་  
 གསུང་ལྟར་མན་ངག་དོན། ། ཐོས་བསམ་དང་སྒྲུལ་པ་བྱེད་རེ་རན། ། ད་ལན་ལུས་  
 ལ་ངལ་བ་བྱང་བསད་ནས། ། ཟིན་བྲིས་རི་མོར་བཀོད་ལ་བཙོན་པ་གང་། ། དེ་  
 དག་བསྟན་དང་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་ལ། ། སྒྲན་ཡོན་དམ་པར་འགྱུར་བར་སྟོང་ནས་  
 སྟོན། ། འདི་ལ་བཞེན་ནས་བདག་ཉིད་གཅིག་པོ་ལ། ། རྣམ་དཀར་འབྲས་བུ་ཅུང་  
 ཟད་མི་འབྱུང་བར། ། ཞུ་སེར་ལུགས་འཛིན་སྐྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཡིས། ། ས་ཆེན་  
 པ་སྒྲོའི་ཆལ་བཞིན་མཛེས་གྱུར་ཅིག ། དུས་གསུམ་རྒྱལ་ཀྱན་འདུས་ཞལ་ཡབ་སྐུས་  
 ཟུང་། ། སྟིང་མཐའི་བར་དུ་ཞབས་བཟླ་མཛད་འཕྲིན་རྒྱས། ། འདི་དོན་ཐོས་  
 བསམ་སྒྲུལ་མཛད་སྐྱེས་བུ་ཀྱན། ། ལམ་བཟང་གེགས་མེད་ལྷུར་དུ་མཐར་ཕྱིན་ཤོག  
 ། དཀར་ཕྱོགས་སྟོང་པའི་བསྟན་བསུང་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། ། སྟིགས་མཐར་རྒྱལ་  
 བསྟན་ཡང་སྟོང་ཆེ་བ་བཞིན། ། རྒྱན་མཛེས་སྐྱེས་བུ་གསུམ་གྱི་མཆོད་སྡོང་ཆེ། ། མི་  
 འགྱུར་ཙ་བ་ཚུགས་པའི་འཕྲིན་ལས་མཛོད། ། ལུན་སེལ་ཉི་ཟླ་འཛམ་གླིང་འཆང་བ་  
 དང་། ། ལུན་པོ་འཛིག་རྟེན་ཁམས་འདིར་གནས་གྱི་བར། ། ལམ་བཟང་འདི་ཡང་  
 མཐའ་མེད་མ་ཆུན་ལ། ། གནས་སྐབས་མཐར་ཐུག་པན་ཕྱིར་མི་རུབ་ཤོག ། དུར་  
 སྟིག་གོས་ཀྱིས་ལྷབས་ཤིང་ཐེག་གསུམ་གྱི། ། རྟེན་སྡོད་ཆོས་ལྷ་རྒྱན་མང་སྟོགས་པ་  
 ཡི། ། སྟོགས་ལ་འདུས་པའི་ཆོགས་ཀྱིས་རྣམ་ཀྱན་དུ། ། ལེགས་བཤད་ཤིས་བཙོན་



རྒྱུ་ལེན་པར་ཤོག ། ཞེས་སྒྲུབ་བྱ་གསུམ་གྱི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་ཟིན་བྱིས་སྒྲོ་གསལ་  
 རྒྱ་མཚོའི་འདུག་རྒྱུ་སྐལ་ལྷན་ཡིད་ཀྱི་གདུང་སེལ་ཞེས་བྱ་བ་ནི། རྩི་མ་བཀའ་  
 རྒྱུ་མཚུངས་མེད་སྒྲོ་བཟང་རྩི་རྩི་འཆང་གི་རོ་བོ་མཆོག་གསུམ་ཀུན་འདུས་ཀྱི་རང་  
 གཟུགས་ཀྱི་པའི་དབང་ཕྱག་སྒྲོ་བཟང་རྩི་མ་གྲོལ་པ་དཔལ་བཟང་པོའི་བཀའ་ཅན་  
 པའ་སྒྲི་བོའི་རྒྱུ་དུ་བསྐྱེད་བཤད་། རྩི་མ་ཀུན་སྒྲུབ་མའི་བཀའ་བཞིན་སྒྲུབ་པའི་ཉི་  
 གནས་ཀྱི་མཆོག་དབེན་གནས་པ་དགོ་སྒྲོ་རྩི་མ་རྒྱལ་བཀྲ་ཤེས་ལགས་ནས་ཀྱང་  
 བསྐྱེད་ཞིང་། རྩི་མ་ཀུན་སྐྱེད་ཀྱི་རྩི་མ་བཀའ་རྒྱུ་མཚན་མེད་པས་སྒྲོ་བར་མཛད་  
 པ་སྐྱེས་བཅས་རྒྱལ་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མཐུན་བཅེ་རྒྱས་པའི་གོང་བྱ་འགོ་བ་མ་ལུས་  
 པའི་སྒྲུབ་སྐྱེས་མགོན་བདག་གི་རྒྱུ་མ་ཅན་ཅ་བའི་སྒྲུབ་པ་དོན་གྱི་སྒྲུབ་དུ་མཆོན་ནས་སྒྲུབ་  
 ཉི་ཀུན་ཆང་རྩི་རྩི་འཆང་ཆེན་པོ་རྩི་བཅུན་སྒྲོ་བཟང་འཇམ་དབྱངས་སྒྲུབ་ལམ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་ཞལ་སྒྲུབ་ནས་ཉིད་ཀྱི་བཀའ་གནང་བ་ཡང་ལེགས་པར་འཁྲོལ་བ་བཅས།  
 འོད་མཆོན་སྒྲོ་འབར་ཀུན་གཟིགས་པའ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཐུན་པ་རྩི་བཅུན་སྒྲོ་  
 བཟང་དཔལ་ལྷན་བསྐྱེད་པའི་ཉི་མ་སྒྲུགས་ལས་རྩི་མ་རྒྱལ་དཔལ་བཟང་པོའི་བཀའ་  
 རྒྱུ་ལས་རྒྱལ་བའི་བསྐྱེད་པ་ལ་རབ་དུ་བྱུང་ཞིང་བསྐྱེད་པར་རྩི་གསུམ་པའི་སྒྲུབ་པ་ཐོབ་  
 པ་དང་། བདག་གི་ཤེས་རྒྱུ་ཆོས་ལ་བསྐྱེད་པའི་སྒྲུབ་བསམ་བཞིན་དུ་ཐ་མལ་པའི་  
 རྩི་མ་པར་བྱོན་པ་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་སངས་རྒྱུ་ཆོས་འཕེལ་སྐྱེད་ཀྱི་བཀའ་  
 རྒྱུ་ལས་རྒྱལ་བའི་གསུང་རབ་ལ་ཐོས་བསམ་གྱི་བགོ་སྐལ་ཐོབ་ཅིང་། རྩི་མ་  
 བཀའ་རྒྱུ་མཚན་མེད་ཀུན་ཆང་ཡབ་སྐྱེས་རྩི་མ་པ་གཉིས་དང་། བྱི་ཆེན་རྩི་རྩི་འཆང་  
 རྒྱུ་ཆུབ་ཆོས་འཕེལ། བྱི་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་དག་དབང་ཆོས་འཕེལ། རྩི་གྲུབ་པའི་  
 དབང་ཕྱག་ཡེ་ཤེས་བསྐྱེད་འཛིན། རྒྱུ་དགོན་རྩི་རྩི་འཆང་དག་དབང་ཆོས་འཛིན་  
 སྐྱེད་དམ་པ་དུ་མས་དགྲེས་ཉམས་ཀྱིས་རྩི་སྐྱེད་བཟུང་བའི་ཆོས་མེད་སྒྲུབ་ལས་པ་  
 དག་ལ་ལྷན་ཐེ་པོ་སྐྱེད་སྐྱེད་འབོད་པ་ཡེ་ཤེས་སྐྱེད་བསྐྱེད་རྒྱ་མཚོ་ཞེས་བྱ་བས་རང་



ལོ་ཉིར་གསུམ་པ་ཀུན་འཛིན་ཞེས་པ་ས་བྱི་ལོར་དགའ་ལྷན་རྣམ་པར་རྒྱལ་བའི་སྤྱིང་  
གི་རང་ཤག་ཏུ་བྱིས་པའོ། ། དེ་ལྟར་བྱིས་པ་ལ་སྐབས་དེར་བྱིས་ཚར་རིམ་གྱིས་རྗེ་  
ཡབ་སྲས་བྱུང་གི་སྤྱན་ལྔར་ཕབ་སྟེ་ཁྱེས་དག་རགས་རིམ་དང་། ཞིབ་པ་སྤྱར་རྗེ་སྤྱུང་  
མཆོག་ཉིད་ནས་མཛད་ཅིས་ཀྱི་རྗེ་བོའི་རྣམ་ཐར་གྱི་བར་དུ་ཁྱེས་དག་མཛད་ཀྱང་  
འཕྱོས་རྣམས་རྗེ་ཉིད་ནས་གནང་མ་ཐུབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཕྱན་ལ་བཀའ་གནང་བར་  
བརྟེན་རང་ལོ་ཉིར་ལྷའི་ཐོག་ཏུ་ཁྱེས་དག་དང་བཅས་སྤྱར་ཡང་བཙོན་པའི་སྟབས་  
བསྐྱེད་ནས་ཡིག་ལམ་དུ་ཕབ་པའོ། ཞལ་རྒྱུ། །

མེར་བྱེས་ཉར་གདོང་ཀེའུ་ཚང་དགེ་སྤྱོང་བྱམས་པ་དཔལ་འབར་ནས་སྤྱག་དཔེ་འདི་ཉིད་ཀྱི་དཔེ་སྤྱན་ཞལ་  
འདེབས་ཚོར་ཁྱི་གཅིག་ཐུལ།







## 图书在版编目(CIP)数据

米郎白大师的菩提道次释: 藏文/米郎白著. — 北京:  
民族出版社, 2009.11

ISBN 978-7-105-10457-4

I. 米… II. 米… III. 喇嘛教—通俗读物—藏语 IV.  
B946.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 212069 号

出版发行: 民族出版社出版发行  
地 址: 北京市和平里北街 14 号 邮编 100013  
网 址: [http:// www.mzchs.com](http://www.mzchs.com)  
印 刷: 北京艺辉印刷有限公司  
经 销: 各地新华书店经销  
版 次: 2009 年 11 月第 1 版 2009 年 11 月北京第 1 次印刷  
开 本: 787 毫米×1092 毫米 1/16 印张:27.375  
印 数: 0001-3000 册 定价:44.00 元  
ISBN 978-7-105-10457-4/B·426 (藏 171)

该书若有印装质量问题,请与本社发行部联系退换  
藏编室电话:58130509 藏文发行科电话:64227665







གངས་ཅན་ཁྱད་རོར་དཔེ་ཚེགས། བོད་ཐེང་བརྒྱ་དང་ཉེར་ལྔ་པ།



ISBN 978-7-105-10457-4



9 787105 104574 >

定价：44.00元